



# 9月給食だより

くろみ乳児院給食委員会 2024年9月1日発行



今年の夏も暑い日が続きました。夏バテなどお疲れは出ていませんか？ 朝夕の気温の差で体調をくずさないよう気をつけましょう。「みのりの秋」と言われるように、秋は新米、きのこ、さつまいも、さんま、りんご、ぶどう、くりなど、おいしい食べものがたくさん出回る時期です。くろみ乳児院でも、こどもたちと一緒に秋の味覚を楽しみたいと思います。

## 献立表

		朝食	昼食	間食	夕食
1日	(日)	炊き込みごはん 煮物・みそ汁	三色丼・人参のきんぴら みそ汁・果物	市販菓子 牛乳	ごはん・鶏つくね チンゲン菜の白和え・すまし汁
2日 16日	(月)	ふりかけごはん 煮魚・みそ汁	ごはん・さばの塩焼き 白菜の煮浸し・みそ汁・果物	あんみつ お茶	ピラフ・カツレツ ココロサラダ・スープ
3日 17日	(火)	コーンフレーク・牛乳 ウインナー・バナナ	ごはん・卵焼き・みそ汁 かぼちゃのそぼろ煮・果物	野菜チップス・牛乳 17日：お月見団子	ごはん・鶏の照り焼き 大根の煮物・すまし汁
4日 18日	(水)	ごはん・ミートボール みそ汁	きのこの和風パスタ・スープ ブロッコリーソテー・果物	さつまいも蒸しパン 牛乳	ごはん・マーボー豆腐 中華サラダ・みそ汁
5日 19日	(木)	パン フルーツヨーグルト	ごはん・さんまのかば焼き 納豆和え・みそ汁・果物	ぶどうゼリー・牛乳 19日：ぶどう	ごはん・里芋コロッケ なすとじゃこの煮物・すまし汁
6日 20日	(金)	炊き込みごはん 高野豆腐煮・みそ汁	ごはん・鶏肉の甘酢煮・すまし汁 ブロッコリーサラダ・果物	クラッカーサンド 牛乳	ごはん・ポテトグラタン ツナサラダ・スープ
7日 21日	(土)	おにぎり・ウインナー みそ汁・りんご	ごはん・赤魚の煮魚 炒り鶏・みそ汁・果物	市販菓子 牛乳	ごはん・クリームシチュー はくさいとりんごのサラダ
8日 22日	(日)	パン・チーズ 野菜スープ	煮込みうどん 肉じゃが・果物	フルーツポンチ 牛乳	炊き込みごはん・れんこん団子 煮びたし・すまし汁
9日 23日	(月)	ジャムパン ウインナー・スープ	ごはん・オムレツ・スープ トマトのチーズ焼き・果物 23日：ポークソテー	お惣菜蒸しパン 牛乳	ごはん・さわらの照り焼き さつまいもの天ぷら・豚汁
10日 24日	(火)	ふりかけごはん 焼き魚・みそ汁	ごはん・炒り豆腐・すまし汁 ほうれん草のナムル・果物	オレンジジュース お茶	ごはん・ミックスフライ パスタサラダ・みそ汁
11日 25日	(水)	ごはん・鶏そぼろ みそ汁・りんご	ごはん・鮭のソテーきのこソース 高野豆腐煮・すまし汁・果物	フレンチトースト 牛乳	ごはん・牛肉のすき煮 小松菜のごま和え・みそ汁
12日 26日	(木)	ホットドック チーズ・牛乳	焼きそば 長いもの磯焼き・果物	カステラ 牛乳	ごはん・鶏肉のトマト煮込み かぼちゃのマリネ・スープ
13日 27日	(金)	おにぎり・煮物 みそ汁	ごはん・鶏大根・みそ汁 きゅうりのゆかり和え・果物	芋もち 牛乳	くりごはん・蒸し魚のあんかけ 厚揚げの煮物・すまし汁
14日 28日	(土)	パン・牛乳 フルーツポンチ	あさりと小松菜のチャーハン 里芋の甘辛煮・みそ汁・果物	おにぎり お茶	ごはん・ポークチャップ 切干大根煮・すまし汁
15日 29日	(日)	炊き込みごはん 煮物・みそ汁	しょうゆラーメン ちくわの煮物・果物	市販菓子 牛乳	きのこ大豆のキーマカレー トマトサラダ
30日	(月)	ふりかけごはん 煮物・みそ汁	ごはん・さんま(一本焼き)・果物 さつまいものバター焼き・すまし汁	イチジクケーキ 牛乳	ごはん・メンチカツ ひじきの煮物・みそ汁

## お部屋のようす



たんぽぽルームでは、毎月工夫しながら食事の取り組みをしています。先月は、おやつ作りをしました。お部屋の中でにおいや音を感じてもらうため、牛乳と卵を使わず、豆乳とホットケーキミックス粉でホットケーキを作りました。子どもたちは目をまん丸にして混ぜるところを見ていましたが、いつもよりパクパクたくさん食べてくれました。こどもたちの興味にあわせて、これからも取り組んでいきたいと思っています。

