



9月 こんだてひょう

平成 25 年度 9 月 1 日 豊間根保育園



じゃが芋を収穫してカレーを作りました！

春に種芋を植え、毎日水やりをして育てたじゃが芋を8月8日に収穫をしました。土を掘ると大小のじゃが芋がたくさん出てきて子ども達は大喜び、芋畑を囲んで、賑やかな収穫が始まりました。取れたじゃが芋は8月23日の収穫祭のカレー作りに使われました。

収穫祭では玉ねぎの皮を手で剥いたり、人参の皮をピーラーを使って剥いたり、じゃが芋を包丁で切る事に挑戦しました。ピーラーの使い方や包丁の持ち方や使い方などを教えてから実際に包丁を使ってみました。みんな真剣な表情で慎重に包丁を動かして、カレークッキングを楽しみました。

野菜を育てる喜び、調理する楽しさ、食べる幸せを味わった子どもたちでした。



9月27日(金)はお誕生会です。お弁当は入りません。(箸セット、おしぼりはお願いします)

誕生会メニュー

- ハンバーガー
- スパゲッティーナポリタン
- フレンチサラダ
- フライドポテト
- スープ
- カルピスポンチ

日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食		全園児午後のおやつ	未満児 カロリー	以上児 カロリー
			全 園 児				
1	日						
2	月	牛乳・ブリッツ	豚肉の生姜焼き・キャベツのごまサラダ・味噌汁・果物		牛乳・かりんとう	505	366
3	火	牛乳・ビスコ	八宝菜・涼伴三条・さつま芋の甘煮・味噌汁・果物		☆フルーツヨーグルト	444	320
4	水	牛乳・サブレ	スコッチエッグ・コールスローサラダ・トマト・スープ・果物		牛乳☆きな粉マカロニ	539	404
5	木	牛乳・卵ボーロ	鮭のマヨネーズ焼き・春雨ソテー・枝豆・すまし汁・果物		牛乳☆シュガーラスク	527	385
6	金	牛乳・せんべい	ローストチキン・大豆サラダ・粉吹き芋・みそ汁・果物		牛乳☆小倉ケーキ	597	440
7	土	プリン	豚丼・味噌汁・果物		麦茶・お菓子		
8	日						
9	月	牛乳・えびせん	鶏肉の味噌焼き・野菜ゆかり和え・南瓜煮・すまし汁・果物		☆バナナクリーム	401	239
10	火	牛乳・ビスケット	ハンバーグ・和風スパゲティーステー・トマト・スープ・果物		☆カルピスゼリー	556	443
11	水	牛乳・リッツ	タラフライタルタルソース・ブロッコリーステー・さつま芋のレモン煮・みそ汁・果物		牛乳☆抹茶蒸しパン	544	374
12	木	牛乳・コーンフレーク	シーチキン入り厚焼き卵・ごぼうサラダ・枝豆・味噌汁・果物		麦茶☆苧布のおにぎり	506	351
13	金	牛乳・ウエハース	肉じゃが・野菜の卵とじ・みそ汁・果物		アイスクリーム	495	319
14	土	ゼリー	ちゃんぽんうどん・牛乳・果物		麦茶・お菓子		
15	日						
16	月		敬 老 の 日				
17	火	牛乳・ビスコ	鮭の西京焼き・じゃが芋のカレー炒め・ちくわの磯部揚げ・そうめん汁・果物		牛乳☆黒ごまケーキ	569	443
18	水	牛乳・卵ボーロ	鶏肉の照り焼き・ひじきの五目煮・味噌汁・果物		ヨーグルト	422	251
19	木	牛乳・サブレ	松風焼き・筑前煮・シルバーサラダ・味噌汁・果物		牛乳☆苺のパウンドケーキ	594	474
20	金	牛乳・せんべい	さんま蒲焼・南瓜サラダ・ブロッコリーおかか和え・味噌汁・果物		牛乳・彼岸団子	606	452
21	土	プリン	サンドイッチ・スープ・果物		麦茶・お菓子		
22	日		運 動 会				
23	月		秋 分 の 日				
24	火	牛乳・ビスケット	鮭の塩焼き・切干大根の煮物・トマト・味噌汁・果物		牛乳☆じゃがバター	402	236
25	水	牛乳・コーンフレーク	鶏の梅風味唐揚げ・野菜炒め・中華サラダ・味噌汁・果物		牛乳・ミニパン	711	548
26	木	牛乳・リッツ	ひじき入り厚焼き卵・ポテトサラダ・枝豆・みそ汁・果物		☆フルーチェ	454	275
27	金	ゼリー	誕 生 会		ジュース☆ロールケーキ	619	734
28	土	ヨーグルト	サバの黄金焼き・スパゲティーのゴマサラダ・スープ・果物(※どんぐり組はクラス参観日です。3,4,5歳児とどんぐり組の保護者さんにご飯の用意をお願いします。)		麦茶・お菓子		
29	日						
30	月	牛乳・えびせん	カレーライス・茹で卵・マカロニサラダ・スープ・果物		牛乳☆フレークファッジ	671	563

※ 今月からカロリーを載せました。参考に見てみてくださいね。
 ※ 以上児のカロリーは副食給食のみのカロリーとなっており、主食(ご飯)のカロリーは含まれていません。
 ※ (参考) 主食・ご飯 110g(目安量)のカロリーは 185kcal です。

※お箸セット、おしぼりは毎日きれいにしてお持ちください。
 ※食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。