

# 9月の献立



古志ひまわり保育園

Tel: 23-1504 Fax: 23-1505

メールアドレス: koshi@h-himawari.net

\*都合により、献立を変更する場合があります。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<p>まだまだ暑い日が続きますがお盆明けくらいから、朝晩が涼しく感じるようになりました。今年の夏は猛暑続きで子どもたちが熱中症にならないか心配でしたが、みんな元気にプールを楽しむことができました。「暑さ寒さも彼岸まで」と言われるように日を追うごとに涼しくしてくれるのを願うばかりです。夏の疲れが出て体調を崩しやすくなる時期ですので、睡眠をしっかりとしてあげてください。</p>					<p>1 チキンライス もやしのスープ</p>
					<p>パン 昆布 お茶</p>
3	4	5	6	7	8
ごはん 魚のみそ焼き そうめん瓜と 春雨の酢の物 すまし汁	ごはん 厚揚げと 茄子のとろとろ煮 アラメの炒め物 みそ汁	芋ごはん 魚の蒸し焼き きゅうりのナムル ワカメスープ	ごはん 手作り厚揚げ モロヘイヤの浸し 中華スープ	ごはん 南瓜のはさみ焼き もやしのナムル みそ汁	焼きそば みそ汁
大学南瓜 いりこ 牛乳	酢飯おにぎり 野菜 お茶	パン 昆布 牛乳	かっぱ巻き 野菜 お茶	おやつそうめん お茶	果物 いりこ お茶
10	11	12	13	14	15
ごはん 鶏手羽元の照り煮 南瓜の煮物 すまし汁	お弁当の日 こすもす組食事公開	カレーライス 煮豆 結び昆布の煮物	ごはん がんと人参の煮物 さつま芋のサラダ すまし汁	ごはん 焼き鯖と 玉ねぎの煮物 南瓜のムニエル みそ汁	五目ごはん みそ汁
アラメおにぎり 野菜 お茶	大福 するめ お茶	マカロニきなこ 昆布 牛乳	黒豆おにぎり 野菜 お茶	芋きんつば いりこ 牛乳	パン するめ お茶
17	18	19	20 (彼岸入り)	21	22
敬老の日 	ワカメうどん こんにゃく田楽 南瓜のごま和え	栗ごはん 魚の香味焼き こんにゃくとごぼうの みそ和え すまし汁	ごはん 焼き魚 さつま芋と 糸昆布の煮物 みそ汁	ごはん 秋の包み焼き きゅうりのごま和え そうめん汁	チャーハン すまし汁
	ごまじゃこおにぎり 野菜 お茶	もちもち芋饅頭 昆布 牛乳	おはぎ 野菜 お茶	お月見団子 いりこ 牛乳	果物 昆布 お茶
24 (十五夜)	25	26 (彼岸明け)	27	28	29
振替休日 	ごはん 麻婆豆腐 切り干し中華サラダ みそ汁	ごはん 厚揚げのごまみそ焼き 干し大根の煮物 もずくスープ	ごはん きつねコロッケ 糸昆布の炒め物 みそ汁	ごはん 煮魚 さつま芋のごま和え すまし汁	しぐれごはん みそ汁
	きなこおはぎ するめ 牛乳	パン いりこ 牛乳	人参おにぎり 野菜 お茶	蒸しパン するめ 牛乳	パン いりこ お茶

## 夏野菜カレー作ったよ!!

先週の金曜日に畑で収穫した野菜を使ってこすもす・さくら組さんが夏野菜カレーを作りました。さくら組さんは包丁の使い方も上手になり、スイスイ切る姿が見られるようになりました。また、こすもす組さんは初めて使う包丁に戸惑う子、家庭で使っている子と、色々な姿を見ることができました。みんなで作ったカレーは格別美味しく、お替りもいっぱいしていましたよ。



ピーマンの種取り。



みんながお替りを沢山して食べました。



炒める青木保育士を見て「美味しうな〜れ!!」と大合唱でした。

### <お知らせ>

11日(火)

・お弁当の日

こすもす組以外のクラスはお弁当をお願いします。

・こすもす組食事公開

沢山の参加をお待ちしています。

21日(金)

・すみれ組クッキング

お月見団子作りを行う予定です。

・お彼岸献立

20(木)・25(火)に午後のおやつでおはぎを食べます。

### 10月の予定

17日(水)

・お弁当の日

つくし組食事公開