



こんだてひょう



・6日・12日・13日・19日はご飯はいりません。

【目標】あきのたべものをたのしみましょう

ひのきないこども園

月	火	水	木	金	土
2 ・あじのフライ ・春雨サラダ ・大根そぼろ煮 ・果物 ・なすの味噌汁	3 ・鶏の照り煮 ・ほうれん草と もやしのナムル ・人参金平 ・果物 ・じゃが芋のスープ	4 ・赤魚の揚げ煮 ・キャベツのひたし ・マカロニサラダ ・果物 ・豆腐の味噌汁	5 ・野菜入り焼肉 ・かぼちゃの含め煮 ・小松菜のツナマヨ和え ・果物 ・中華スープ	6 ・かきたまそうめん ・さつま揚げの天ぷら ・きゅうりと若芽の 酢の物 ・果物	7 ・シシャモフライ ・ブロッコリーの ドレッシング和え ・野菜炒め ・果物 ・卵スープ ・ドーナッツ
9 ・メンチカツ ・コールスロー ・ほうれん草のツナ和え ・果物 ・野菜スープ	10 ・さばの西京焼き ・小松菜のそぼろ和え ・なすの炒め物 ・果物 ・豆腐の味噌汁	11 ・鶏の唐揚げ ・ごぼうサラダ ・キャベツのなめ茸和え ・果物 ・人参ポタージュ	12 ・塩ラーメン ・揚げ餃子 ・もやしの胡麻和え ・果物	13 ・ロールパン ・魚肉ソーセージフライ ・ポイルブロッコリー ・ミニトマト ・果物 ・コーンスープ ・フルーチェ	14 敬老会
16 敬老の日 	17 ・チキンフライ ・肉じゃが ・きゅうりの華風漬け ・果物 ・大根の味噌汁	18 ・あじの漬け焼き ・スパゲッティサラダ ・さつま芋の天ぷら ・果物 ・白菜とツナのスープ	19 ・肉うどん ・ちくわの磯部揚げ ・チンゲン菜の卵とじ ・果物	20 ・マーボー豆腐 ・中華サラダ ・大根の塩昆布漬け ・果物 ・若芽スープ	21 ・肉団子のあんかけ風 ・じゃが芋のカレー炒め ・ほうれん草の ドレッシング和え ・果物 ・豆腐の味噌汁 ・アイスクリーム
23 振替休日 	24 ・赤魚の天ぷら ・かぼちゃグラタン ・鶏肉とかぶの煮物 ・果物 ・なめこと卵の 中華スープ ・焼きそば	25 ・親子煮 ・さつま芋の天ぷら ・小松菜のりの佃煮和え ・果物 ・そうめん汁 ・フレンチトースト	26 ・カレー ・ウインナーソティ ・刻みレタス ・果物 ・フルーツヨーグルト	27 ・ハンバーグ ・スパゲティナポリタン ・ポイルブロッコリー ・ミニトマト ・果物 ・春雨スープ ・アイスクリーム	28 親子運動会
30 ・コロッケ ・人参しりしり ・切り干し大根の煮物 ・果物 ・豆腐の味噌汁 ・ビスケットパン	<p>9月1日は「防災の日」です。関東大震災を忘れることなく備えをしっかり行おうと、制定されました。この時期は台風が多く、災害が発生しやすいことも、防災の日の日に設定された理由のひとつといわれています。 こども園では避難訓練の中で地震に関連した訓練を行っています。給食では、災害時の非常食として備蓄をしています。ご家庭でも万が一の備えとして非常食の準備をしてみてくださいはいかがでしょうか。</p>				

食材調達都合上、献立が変更になる場合がありますので承ください。

災害時の非常食について

- ※ 調理が短時間に済む、もしくは不要なもの
- ※ 家族の人数の3日分以上（水、アルファ米または、アルファ米おにぎり、缶入りパンや乾パン、魚等の缶詰類、お菓子、インスタントやレトルト食品、フリーズ食品、チョコレート）など
- ※ 賞味期限が6か月以上あるもの
- ※ 常温保存ができるもの
- ※ 衛生的なもの
- ※ 8月の給食で2回、非常食を子どもたちに食べてもらいました。

☆☆ + ☆ + ☆ ☆ +

さつま芋のそぼろ煮

材料（子ども1人分）
 さつまいも……50g
 豚挽肉……25g 水……30ml
 砂糖、みりん、酒、醤油……各大さじ1

作り方
 ①さつま芋を食べやすい大きさに切り、水（材料外）に5分ほど入れる。
 ②鍋に水、調味料、挽肉をほぐしながら煮る。
 ③挽肉の色が変わったら、さつま芋を入れ、汁気がなくなるまで煮込む。

☆☆ + ☆ ☆ + ☆ ☆