



9月号

2019年度 すみれ保育園

暦の上では秋になりましたがまだまだ残暑が厳しい日が続きます。先月に引き続き熱中症に気を付けて下さい。

9月の行事予定

4日:誕生日会 12日:郷土料理の日 19日:お弁当箱の日
27日:ちゃんちゃん焼きパーティー
毎週水曜日:カムカムデー

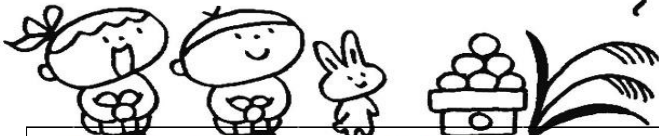
8月のランチルームでの活動

そら組さんがさくら組さんの時に作ったお味噌を使って自分たちで五平餅をつくりました！
たんぼぼ、れんげ組さんはおやつつのトウモロコシの皮を自分たちでむいて食べました！

中秋の名月「お月見」



中秋の名月を「十五夜」ともいいます。十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日といわれ、十五夜には、15個のお団子をお供えます。お月様の見えるところにお団子と、秋に収穫される果物やススキを供えて、感謝と祈りを捧げましょう。



和歌山県 「とふのこの煮物」

材料(1人分)

高野豆腐 15g 油 0.7g
白菜 50g かつお出汁
大根 10g 40g
人参 10g 薄口醤油 5g
葉ねぎ 5g 砂糖 3g
油揚げ 5g 酒 2g

作り方

- ①高野豆腐をすりおろす
- ②人参、白菜、油揚げは千切り、葉ねぎは小口切りに切る
- ③野菜と油揚げを鍋で炒め野菜から水分が出たら高野豆腐を入れる
- ④出汁と調味料を加え最後に葉ねぎを加える

9月 献立表

	2(月)	3(火)	4(水) 誕生会	5(木)	6(金)	7(土)
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	塩味せんべい
昼食	ポークカレーライス キャベツとツナのサラダ	ご飯、豚肉とキャベツのみそ炒め、にんじんとコーンのおかかあえ、白菜のすまし汁	ご飯、鶏のみそ漬焼きさつま芋のレモン煮、ほうれん草の胡麻和え、きのこのすまし汁	ご飯、納豆の爆弾揚げキャベツとほうれん草の磯和え、厚揚げの味噌汁	ロールパン、照り焼きハンバーグ、小松菜と人参のごま和え、蒸し芋、野菜スープ	きのこ御飯、白菜の味噌汁
午後	牛乳、黄な粉麩	ヨーグルト、お菓子	オレンジジュース ごはんのきな粉団子	牛乳、梨、せんべい	牛乳、きのこおにぎり	お菓子、梨
	9(月)	10(火)	11(水) カムカムデー	12(木) 郷土料理	13(金)	14(土)
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	塩味せんべい
昼食	厚揚げのスタミナ丼 キャベツとトマトの中華あえ、はるさめの中華スープ	ご飯、肉じゃが、キャベツとツナの甘酢和え、豆腐と揚げのみそ汁	ほうとうどん カレーきんぴら	ご飯、鯖のねぎソースとふのこの煮物、きゅうりのナムル、さつま芋のみそ汁	食パン、かぼちゃのシチュー、元気サラダ	サトイモ入りかやくご飯 野菜の味噌汁
午後	牛乳、さつま芋のようかん	ヨーグルト、お菓子	牛乳、オーロラトースト	牛乳、梨、せんべい	牛乳 焼きもちろこしおにぎり	お菓子、梨
	16(月)	17(火)	18(水) カムカムデー	19(木) お弁当箱の日	20(金)	21(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	塩味せんべい
昼食	敬老の日	ご飯、豚肉とキャベツのみそ炒め、にんじんとコーンのおかかあえ、白菜のすまし汁	和風スープバゲティ 切干大根の胡麻ねーすあえ汁	ご飯、納豆の爆弾揚げキャベツとほうれん草の磯和え、厚揚げの味噌汁	ロールパン、照り焼きハンバーグ、小松菜と人参のごま和え、蒸し芋、野菜スープ	きのこ御飯、白菜の味噌汁
午後		ヨーグルト、お菓子	牛乳、ふるふるみかん	牛乳、梨、せんべい	牛乳、きのこおにぎり	お菓子、梨
	23(月)	24(火)	25(水) カムカムデー	26(木)	27(金) ちゃんちゃん焼きパーティー	28(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	塩味せんべい
昼食	秋分の日	ご飯、肉じゃが、キャベツとツナの甘酢和え、豆腐と揚げのみそ汁	ほうとうどん カレーきんぴら	食パン、かぼちゃのシチュー、元気サラダ	ご飯、鮭のチャンチャン焼き、じゃがいものすまし汁	サトイモ入りかやくご飯 野菜の味噌汁
午後		ヨーグルト、お菓子	牛乳、オーロラトースト	牛乳、梨、せんべい	牛乳 焼きもちろこしおにぎり	お菓子、梨
	30(月)					
午前	牛乳					
昼食	ポークカレーライス キャベツとツナのサラダ					
午後	牛乳、黄な粉麩					