9がつのこんだて

社会福祉法人 江刺保育園

	月	火	水	木	金	土
未:熱/蛋/脂					461Kcal／17.7g／13.0g	451Kcal／18.9g／15.5g
以:熱/蛋/脂					379Kcal／18.4g／14.5g	331Kcal／16.7g／15.1g
未満児午前おやつ					ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
未満児主食					むぎごはん	ごまじおごはん
昼食					ちぐさやき こまつなのおひたし **1** まめまめじる みかん	以上児組はおにぎりを持って来てください **2** ぐだくさんたまごスープ バナナ
午後おやつ					むぎちゃ ごへいもち ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ ビスコ ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂	463Kcal／18.1g／15.6g	456Kcal／23.3g／16.7g	470Kcal／21.2g／14.9g	469Kcal／19.1g／10.2g	460Kcal／16.4g／16.3g	448Kcal／16.2g／17.0g
以:熱/蛋/脂	384Kcal／16.8g／16.4g	370Kcal／22.7g／17.1g	390Kcal／21.9g／16.1g	390Kcal／20.3g／10.6g	376Kcal／16.8g／18.0g	329Kcal／14.1g／16.7g
未満児午前おやつ	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
未満児主食	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	ゆかりごはん
昼食	いろどりだんご キャベツのツナいため こんぶなっとう だいこんじる **4** なし	さけのサワークリームやき じゃこサラダ **5** はくさいじる みかん	ゆでぶたのにんにくソース パンプキンサラダ **6** にらのみそしる バナナ	にくやさいいため ほうれんそうとえのきあえ **7** わかめうどん みかん	あんかけハンバーグ キャベツのゆかりあえ **8** ねぎとあぶらあげのみそしる りんご	以上児組はおにぎりを持って来てください **9** いしかりなべ バナナ
午後おやつ	むぎちゃ ヨーグルトあえ クラッカー	むぎちゃ きなこぼう ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ じゃこトースト ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ きのこおにぎり ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ こめこかぼちゃケーキ ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ じゅんまいせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂	469Kcal／18.6g／16.8g	459Kcal／20.7g／17.1g	461Kcal／19.6g／18.1g	448Kcal／19.7g／7.8g		449Kcal／21.0g／13.9g
以:熱/蛋/脂	381Kcal／19.4g／18.5g	370Kcal／19.5g／17.9g	387Kcal／22.0g／20.6g	368Kcal／20.7g／13.3g	223Kcal／7.7g／10.2g	329Kcal／18.7g／13.5g
未満児午前おやつ	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	おやさいせんべい むぎちゃ	ショア(フルーベリー)		ぎゅうにゅう(100)
未満児主食	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん		ごまじおごはん
昼食	ツナいりたまごやき れんこんとベーコンのあまからいため ふりかけ **11** はるさめスープ ぶどう	さけチーズはるまき はくさいとほうれんそうのおひたし **12** なすじる みかん	いわしのケチャップソースかけ ほうれんそうのあかがいあえ **13** ぐだくさんじる なし	ぶたにくとだいずのかきあげ おくらのおかかあえ **14** どさんこじる りんご	親子遠足 (乳児組) 袋詰め菓子 **15** 手作り弁当日 みかん	以上児組はおにぎりを持って来てください **16** ぶたにくとだいずの トマトシチュー バナナ
午後おやつ	むぎちゃ ごまえびせん ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ しおせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ きなこラスク ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ ナポリタン 未:むぎちゃ 以:ぎゅうにゅう(100)	こざかなぼんせん ぎゅうにゅう(200)	むぎちゃ チーズむしケーキ ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂		455Kcal／18.7g／14.0g	465Kcal／20.6g／14.7g	463Kcal／13.2g／8.9g	460Kcal／19.5g／15.6g	
以:熱/蛋/脂		366Kcal／17.5g／16.7g	372Kcal／20.1g／15.6g	517Kcal／15.0g／9.5g	379Kcal／21.7g／18.2g	
未満児午前おやつ		ぎゅうにゅう(100)	おさつませんべい(やさい) むぎちゃ	バナナ むぎちゃ	おさつませんべい(やさい) むぎちゃ	
未満児主食		むぎごはん	むぎごはん		むぎごはん	
昼食	**18** 敬老の日	きりぼしだいこんいりたまごやき こまつなのあさりかんあえ **19** じゃがもちスープ みかん	まぐろのおろしかけ カレーピクルス **20** きのこじる りんご	にしょくだんご (ずんだ・みたらし) さといものそぼろに おつきみすましじる **21** もものおつきさまヨーグルト	やさいたっぷりドライカレー ブロッコリーのうめおかかあえ **22** えびとチンゲンサイのスープ バナナ	**23** 秋分の日
午後おやつ		むぎちゃ ビスケット ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ フレンチトースト ぎゅうにゅう(100)	むぎちゃ おつきみうさぎタルト ミニぎゅうにゅう	むぎちゃ がんせきあげ ぎゅうにゅう(100)	
未:熱/蛋/脂	468Kcal／21.8g／14.7g	474Kcal／19.7g／15.2g	449Kcal／17.6g／14.9g	471Kcal／17.7g／14.3g	460Kcal／17.9g／20.3g	442Kcal／16.7g／11.0g
以:熱/蛋/脂	390Kcal／22.6g／15.5g	372Kcal／18.5g／15.4g	370Kcal／18.5g／16.8g	371Kcal／18.0g／17.3g	390Kcal／19.9g／22.5g	323Kcal／14.5g／10.6g
未満児午前おやつ	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ヤクルトファイブ	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
未満児主食	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	ゆかりごはん
昼食	パンパンジー かぼちゃのあまに キャンディーチーズ あさりじる **25** りんご	ほたてのバターしょうゆやき チャプチェ **26** かきたまじる なし	とうふのミートグラタン だいこんのひきにくいため **27** こまつなのみそしる みかん	さんしょくピーマンのぶたにくまき ごぼうのごまずあえ ミニトマト **28** なすじる ぶどう	さんまのこうみづけ かりぽりあえ ねぎなっとう **29** ほうれんそうのみそしる なし	以上児組はおにぎりを持って来てください **30** クリームシチュー バナナ
午後おやつ	むぎちゃ くしさしおでん ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ レーズンスコーン ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ かぼちゃのクラッカーサンド ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ チーズむしケーキ ぎゅうにゅう(100)	むぎちゃ もちのつつみやき 未:むぎちゃ 以:ぎゅうにゅう(100)	むぎちゃ まがりせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)

今年の十五夜（中秋の名月）は9月29日です

旧暦の8月15日（今の9月下旬）の夜を「十五夜」と呼び、この頃の満月は一年でいちばん美しいとされています。
昔はこの時期に、お団子や秋の七草を供え、詩歌をよむ宴が開かれていました。今も残る月見団子やススキを飾るお月見行事の由来です。なおこの日は、秋の収穫を感謝する初穂祭という行事でもありました。そこでは収穫したばかりの里芋を供えることから、「芋名月」とも言われます。

秋の七草とは、秋を代表する7種類の花で、萩（ハギ）、桔梗（キキョウ）、葛（クズ）、藤袴（フジバカマ）、女郎花（オミナエシ）、尾花（オバナ＝ススキのこと）、撫子（ナデシコ）です。

地震・火災避難訓練

身体測定

就学時言葉の検査（すみれ）

クッキング（すみれ）

健康診断

布団等持ち帰り日（乳児組）

布団等持ち帰り日（幼児組）

食育体操（すみれ）

栄養指導（ひよこ）

誕生祝会