

月	火	水	木	金	土
	1 焼きコロッケ風・とうもろこし・コンソメスープ・バナナ 【9時】自家製飲むヨーグルト・あられ 【3時】牛乳・チョコチップ蒸しパン	2 魚の煮付け・もやしの酢の物・味噌汁・ぶどう 【9時】牛乳・ビスコ 【3時】牛乳・ババロア	3 旬野菜とソーセージのバターソテー・親子サラダ・オニオンスープ・梨 【9時】牛乳・せんべい 【3時】そうめん	4 さつま揚げ・ポイル野菜・白和え・すまし汁・パイナップル 【9時】牛乳・ポーロ 【3時】牛乳・マカロニきな粉	5 ベーコンときのこのドリア・野菜サラダ・コーンスープ・みかん 【9時】牛乳・ウエハース 【3時】自家製飲むヨーグルト・ちくわパン
7 ハヤシライス・福神漬け・キャベツのゴマ和え・リンゴ 【9時】牛乳・せんべい 【3時】牛乳・シリアルおこし	8 魚の味噌マヨ焼き・ミニトマト・ワカメの甘酢和え・すまし汁・バナナ 【9時】自家製飲むヨーグルト・ウエハース 【3時】塩やきそば	9 麻婆豆腐・オクラサラダ・ニラスープ・みかん 【9時】牛乳・ポーロ 【3時】牛乳・ホットケーキ	10 豚肉と厚揚げの炒めもの・もやしの和え物・味噌汁・ぶどう 【9時】牛乳・あられ 【3時】牛乳・スイートパンブキン	11 唐揚げ・ポイルキャベツ・大根の酢の物・青梗菜のスープ・バナナ 【9時】牛乳・クッキー 【3時】クリームスパゲティ	12 けんちん汁・ニラとハムのソテー・ゆかり和え・リンゴ 【9時】牛乳・ビスコ 【3時】自家製飲むヨーグルト・パンパン
14 親子汁・南瓜のチーズ焼き・小松菜のおかか和え・バナナ 【9時】牛乳・ポーロ 【3時】フルーツポンチ	15 茄子のはさみ焼き・味噌サラダ・すまし汁・みかん 【9時】自家製飲むヨーグルト・クッキー 【3時】牛乳・ホットドック	16 カレー風肉じゃが・大根とツナの和え物・味噌汁・梨 【9時】牛乳・せんべい 【3時】牛乳・黒糖入りスコーン	17 ホイコーロー・春雨の中華風酢の物・ニラ玉スープ・バナナ 【9時】牛乳・ウエハース 【3時】牛乳・ロールケーキ	18 魚と野菜の天ぷら・マヨおかかサラダ・すまし汁・リンゴ 【9時】牛乳・ビスコ 【3時】ぶどうゼリー	19 中華丼・たくあん・ほうれん草ナムル・ぶどう 【9時】牛乳・あられ 【3時】自家製飲むヨーグルト・メロンパン
21 敬老の日 	22 秋分の日 	23 魚の味噌煮・オクラの和え物・すまし汁・バナナ 【9時】牛乳・ウエハース 【3時】フライドポテト	24 ポークチャップ・ビーンズサラダ・豆乳味噌汁・リンゴ 【9時】牛乳・あられ 【3時】牛乳・やせうま	25 鶏肉のゆかり揚げ・塩昆布和え・キノコスープ・みかん 【9時】牛乳・クッキー 【3時】牛乳・石垣もち	26 牛丼・たくあん・ツナ入り酢の物・バナナ 【9時】牛乳・せんべい 【3時】自家製飲むヨーグルト・クリームパン
28 ドライカレー・福神漬け・エリンギとカリカリベーコンのサラダ・梨 【9時】牛乳・ポーロ 【3時】牛乳・ハムチーズ蒸しパン	29 魚のムニエル・磯辺和え・味噌汁・みかん 【9時】自家製飲むヨーグルト・クッキー 【3時】揚げたこ焼き	30 さつま芋と鶏肉の洋風煮・アスパラの中華和え・卵スープ・バナナ 【9時】牛乳・ビスコ 【3時】牛乳・フレンチトースト			

非常食の準備

9月1日は防災の日です。非常食には、水・米（アルファ米）・パン・缶詰・ビスケット・チョコレートなどがあげられます。非常食としての備えも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限ごとに買い替えをしてストックしておきましょう。災害時には、子どもは環境の変化により精神的に不安定になるため、食べ慣れない非常食では心身を満たすことが難しいことも。食べ慣れたお菓子が心を癒し、命を救います。



今月の季節の野菜は「茄子」で15日「茄子のはさみ焼き」です。



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します。お月見に欠かせないお団子は、白玉粉や上新粉で作ります。白玉粉で作るときは、豆腐を入れるとなめらかになり、子どもたちも食べやすくなります。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。

