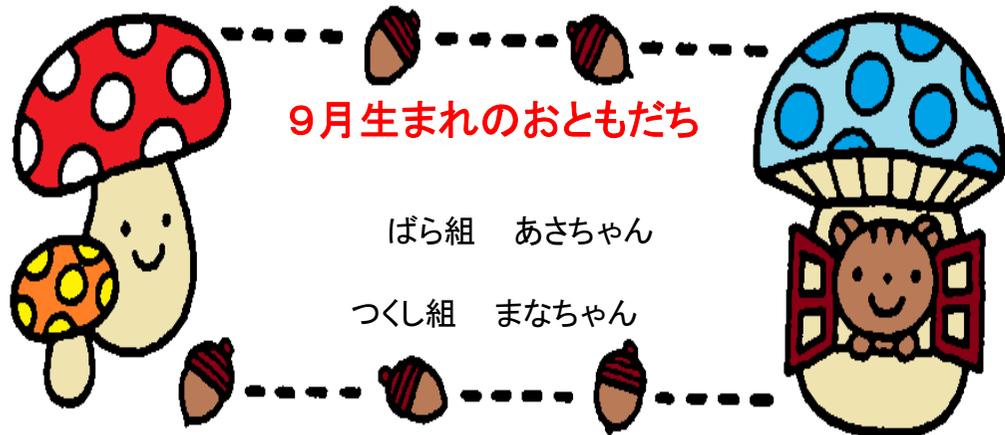




令和5年 9月
津軽石保育所

日	曜	全所児		未満児		
		献立名	午後のおやつ	主食・付け合わせ	午前のおやつ	
18	月	敬老の日				
19	火	豆腐のお好み焼き おかか和え きのこコンテー みそ汁 バナナ	野菜スナック 牛乳	ごはん コーン	クッキー 麦茶	
20	水	さばのみそ煮 きんぴらごぼう スナップエンドウ そうめん汁 オレンジ	ごま春巻き 牛乳	ごはん のりのつくだ煮	白い風船 麦茶	
21	木	鶏の照り焼き ブロッコリーサラダ チーズ みそ汁 ミニゼリー	揚げせんべい 牛乳	ごはん トマト	おととつと 麦茶	
22	金	チンジャオロース 春雨サラダ フライドポテト スープ キウイフルーツ	コーン菓子 フルーチェ	ごはん ふりかけ	ビスコ 麦茶	
23	土	運動会				
25	月	鮭のマヨ焼 なめたけ和え 煮豆 みそ汁 グレープフルーツ	ウエハース プリン	ごはん 肉そぼろ	塩せんべい 麦茶	
26	火	カレーライス コールスローサラダ 福神漬け スープ 柿	アップルパイ 牛乳	ごはん 味付けのり	パイ 麦茶	
27	水	ほっけの塩焼 納豆和え カリフラワー みそ汁 バナナ	ビスケット 牛乳	ごはん 魚肉ソーセージ	野菜スナック 麦茶	
28	木	オムレツ れんこんサラダ ちくわの磯辺焼き クラムチャウダー オレンジ	焼きおにぎり 牛乳	ごはん コーン	ウエハース 麦茶	
29	金	ささみフライ さつまいもの甘煮 トマト つみれ汁 キウイフルーツ	ポンデケージョ 牛乳	ごはん 雑穀	白かりんとう 麦茶	
30	土	あんかけ焼きそば かぶの浅漬け スープ フルーツ	クッキー パックジュース	ごはん 雑穀	おととつと 麦茶	
1	金	冷やし中華 鶏つくね ブロッコリー キウイフルーツ	ウエハース ジョア	ごはん のりのつくだ煮	白かりんとう 麦茶	
2	土	エビピラフ 温野菜サラダ ミネストローネ フルーツ	塩せんべい パックジュース	クッキー 麦茶		
4	月	豚の生姜焼き いんげんのごま和え かまぼこ みそ汁 バナナ	コーン菓子 牛乳	ごはん のりのつくだ煮	おととつと 麦茶	
5	火	かじきステーキ アスパラサラダ なすのみそ炒め カレースープ キウイフルーツ	スコーン 牛乳	ごはん 納豆	ビスコ 麦茶	
6	水	麻婆豆腐 ナムル 焼きかぼちゃ 中華スープ グレープフルーツ	野菜スナック 牛乳	ごはん ふりかけ	塩せんべい 麦茶	
7	木	たらフライ ゆかり和え コーンソテー みそ汁 パイン缶	ジャムサンド 牛乳	ごはん 肉そぼろ	野菜スナック 麦茶	
8	金	鶏のピザ焼き スパゲティサラダ ブロッコリー スープ オレンジ	人参ブリッツ 牛乳	ごはん なめたけ	ウエハース 麦茶	
9	土	たまご丼 ほうれん草の和え物 豚汁 フルーツ	ビスケット パックジュース	ごはん なめたけ	白かりんとう 麦茶	
11	月	誕生会 五目飯 きすの天ぷら トマトサラダ きのこ汁 フルーツ盛り合わせ	栗のロールケーキ 牛乳	ごはん なめたけ	塩せんべい 麦茶	
12	火	卵焼き すき昆布煮 きゅうりの浅漬け みそ汁 グレープフルーツ	チヂミ 牛乳	ごはん 納豆	パイ 麦茶	
13	水	ハンバーグ ジャーマンポテト 枝豆 スープ キウイフルーツ	ビスコ ヨーグルト	ごはん ごましお	野菜スナック 麦茶	
14	木	かれのい煮付 ほうれん草のお浸し 里芋のそぼろあんかけ みそ汁 梨	揚げせんべい 牛乳	ごはん チーズ	ウエハース 麦茶	
15	金	チキン南蛮 ツナサラダ トマト みそ汁 オレンジ	パウンドケーキ 牛乳	ごはん 焼きかぼちゃ	白かりんとう 麦茶	
16	土	きのこパスタ 野菜の肉巻き スープ フルーツ	白い風船 パックジュース	ごはん 焼きかぼちゃ	おととつと 麦茶	

献立は変更になることもありますので、ご了承ください
1日、11日 は給食から主食を提供しますので、以上児のご飯はいりません。



絵本を通じて食育を

読書の秋、子どもたちに絵本と食べ物との出会いを体験させてみては？ 絵本に出てくる食べ物のイメージは、ワクワクとした気持ちとともに食への関心を高めます。「食」は、生きることの基本です。絵本の世界から、実際の食べ物を見て料理を味わうことで、子どもの心の中に深く「食」が刻まれていくことでしょう。絵本を通じて食べる楽しさや作るおもしろさ、好き嫌いの克服や食事のマナーなど、「食の世界」を広げていってあげたいものです。