



9月 行事予定 献立



2023年(令和5年)9月1日
社会福祉法人 虹福祉会
瀬戸こども園
土橋・松井・岡本
廣川・小林



8~11月の目標
マナーについて知り、食事を楽しみながらも意識しようとするようになる

2023年 9月

日 曜	行事予定	給食献立			主な食材			おやつ		
		主菜	副菜		果物	からだを作るもの(赤)	からだの調子を整えるもの(緑)	熱や力のエネルギーになるもの(黄)	午前	午後
1 金	ひまわりっこ 縦割り保育	魚の味噌焼き	大根の酢の物	にらたま	オレンジ	さば 卵	大根・きゅうり・にら・しいたけ・人参・玉ねぎ オレンジ	米 春雨	牛乳 焼かぼちゃ	ミルク マドレーヌ・えいようかん
2 土	園庭開放10:00~11:00	鶏肉のいなか煮	ごぼうサラダ	かえりのごまがらめ	バナナ	鶏肉 かえりいりこ	人参・玉ねぎ・干しいたけ・こんにゃく・ごぼう バナナ	米・マヨネーズ じゃが芋・白ごま	牛乳 カナッペ	牛乳 ジャムケーキ
3 日										
4 月	ひまわりっこ	ムニエル	ごま酢和え	ケチャップ炒め	バナナ	さけ	人参・キャベツ・きゅうり・もやし・玉ねぎ・ピーマン しめじ・バナナ	米・白ごま マカロニ	牛乳 パンケーキ	ミルク さつま芋のいがぐり団子
5 火	祖父母参観(3・5歳児)	高野豆腐の卵とじ	オクラの マヨネーズかけ	マッシュポテト	りんご	鶏肉・卵 高野豆腐	人参・玉ねぎ・干しいたけ・ほうれん草・オクラ りんご	米・マヨネーズ じゃが芋	牛乳 なんきんボール	ミルク チーズクッキー
6 水	ひまわりっこ	肉うどん	スティックきゅうり	なすのしぎ焼き	オレンジ	豚肉・油揚げ かまぼこ	人参・葉ねぎ・わかめ・きゅうり・なす・オレンジ	干しうどん	牛乳 マヨネーズトースト	お茶 フルーツヨーグルト
7 木		魚のごま揚げ	かぼちゃサラダ	キャベツのおかか炒め	梨	めんたい かつお節	かぼちゃ・玉ねぎ・人参・きゅうり・キャベツ・梨	米・白ごま マヨネーズ	牛乳 大学芋	ミルク マーブルケーキ
8 金	ひまわりっこ 布団持ち帰り日	鶏肉の中華風炒め	ブロッコリーの浸し	チーズポテト	バナナ	鶏肉 チーズ	人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・もやし 干しいたけ・ブロッコリー・バナナ	米・じゃが芋	牛乳 クッキー	お茶 コーンピラフ
9 土	園庭開放10:00~11:00	豚肉の甘辛煮	中華和え	小松菜の煮浸し	オレンジ	豚肉	玉ねぎ・もやし・きゅうり・小松菜・人参・オレンジ	米 白ごま	牛乳 りんごゼリー	牛乳 フライドポテト
10 日										
11 月	ひまわりっこ	魚の照り焼き	マカロニサラダ	パプリカ三色ソテー	オレンジ	さわら ベーコン	人参・きゅうり・キャベツ・コーン・ピーマン 赤ピーマン・黄ピーマン・玉ねぎ・オレンジ	米・マカロニ マヨネーズ	牛乳 きな粉ケーキ	ミルク ココアムース
12 火	祖父母参観(2・4歳児)	豚肉の ケチャップがらめ	ナムル	チンゲン菜の炒め物	りんご	豚肉	ピーマン・玉ねぎ・人参・もやし・きゅうり・りんご チンゲン菜	米 じゃが芋	牛乳 バナナ	ミルク 野菜ボール
13 水	ひまわりっこ	豆腐のチャンプル	大根の即席漬	なすの味噌炒め	バナナ	ソナ・かつお節 木綿豆腐	人参・玉ねぎ・キャベツ・葉ねぎ・大根・なす バナナ	米	牛乳 さつま芋のバター焼き	ミルク ショートブレッドクッキー
14 木	誕生会	菊花シューマイ	冷拌三糸	ジャーマンポテト	梨	豚肉 ベーコン	玉ねぎ・干しいたけ・人参・きゅうり・ピーマン わかめ・梨	米・春雨 じゃが芋	牛乳 ラスク	乳酸菌飲料 誕生会ケーキ
15 金	ひまわりっこ 布団持ち帰り日	アジフライ	キャベツと りんごのサラダ	きんぴら	バナナ	あじ 卵	キャベツ・きゅうり・りんご・昆布・ごぼう・人参 いんげん・バナナ	米・白ごま	牛乳 ヨーグルト和え	ミルク じゃが芋もち
16 土	園庭開放10:00~11:00	鶏肉の塩焼き	きゅうりのゆかり和え	野菜の煮付	オレンジ	鶏肉 厚揚げ	玉ねぎ・しめじ・きゅうり・人参・黄ピーマン オレンジ	米 じゃが芋	牛乳 マカロニのみたらし風	牛乳 パン
17 日										
18 月	敬老の日									
19 火	防火訓練	魚の塩焼き	ポテトサラダ	野菜炒め	梨	さけ	人参・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・梨	米・じゃが芋 マヨネーズ	牛乳 ごまクッキー	ミルク 食パンオムレット
20 水	ひまわりっこ	焼き豆腐の含め煮	ブロッコリーの和え物	蒸かぼちゃ	バナナ	豚肉 焼き豆腐	人参・玉ねぎ・もやし・干しいたけ・コーン ブロッコリー・かぼちゃ・バナナ	米	牛乳 乳酸菌寒天	お茶 しょうゆ焼きそば
21 木	太鼓指導(4・5歳児)	牛丼	ごまきゅうり	もやしソテー	りんご	牛肉	人参・玉ねぎ・ごぼう・こんにゃく・葉ねぎ きゅうり・もやし・ピーマン・りんご	米 白ごま	牛乳 人参ケーキ	お茶 フルーツヨーグルト
22 金	ひまわりっこ 布団持ち帰り日	オムレツ	キャベツの即席漬	糸切昆布の煮付	オレンジ	豚肉・卵 さつま揚げ	人参・玉ねぎ・しいたけ・葉ねぎ・キャベツ 昆布・オレンジ	米・じゃが芋	牛乳 チーズぎょうざ	ミルク 塩クッキー
23 土	秋分の日									
24 日										
25 月	ひまわりっこ 口座振替	豚肉と野菜の カレー炒め	ブロッコリーの マヨネーズかけ	さつま芋の甘煮	バナナ	豚肉	人参・玉ねぎ・キャベツ・干しいたけ・バナナ ブロッコリー	米・さつま芋 マヨネーズ	牛乳 おふラスク	ミルク レモンケーキ
26 火		煮魚	和風サラダ	ピーマンとじゃこの 醤油炒り	りんご	さば しらす干し	人参・大根・きゅうり・コーン・わかめ・ピーマン りんご	米 白ごま	牛乳 じゃが芋のオープン焼き	ミルク おはぎ
27 水	ひまわりっこ	メンチカツ	コロコロサラダ	切干大根の煮付	オレンジ	豚肉・卵 油揚げ	キャベツ・人参・きゅうり・切干大根・いんげん オレンジ	米・じゃが芋 マヨネーズ	牛乳 ホイールケーキ	お茶 フルーツヨーグルト
28 木	ひまわりっこ	魚の酢豚風	キャベツの浸し	かぼちゃグラッセ	バナナ	めんたい かつお節	人参・玉ねぎ・ピーマン・干しいたけ・たけのこ キャベツ・かぼちゃ・バナナ	米	牛乳 野菜スティック	ミルク ブラウニー
29 金	お月見会 布団持ち帰り日	鶏肉のチーズ焼き	小松菜の和え物	れんこんのおかか煮	梨	鶏肉・チーズ かつお節	玉ねぎ・しめじ・昆布・小松菜・人参・コーン れんこん・梨	米・じゃが芋 マヨネーズ・白ごま	牛乳 バタークッキー	ミルク みたらし団子
30 土	園庭開放10:00~11:00	肉豆腐	きゅうりの即席漬	大根の塩炒め	オレンジ	豚肉・焼き豆腐	人参・玉ねぎ・もやし・干しいたけ・きゅうり 大根・オレンジ	米	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 フライドおさつ



給食室より

♪おやつの様子を紹介します♪

この日のおやつは【小倉カステラ】でした。
小麦粉・ベーキングパウダー・卵・あずき缶とシンプルな材料で作ることができ、小豆の甘さとふわふわした食感がおいしいですよ♪



甘くて美味しい！！

ふわふわしてる～！！



“かじり取り”がしっかりできていましたよ

☆今月のレシピ紹介☆

☆菊花シューマイ☆

<材料 大人4人分>

<作り方>

シューマイの皮 80g(目安量)
干しいたけ 中3個
玉ねぎ 中1/2個
片栗粉 大さじ2と2/3
豚ひき肉 240g
砂糖 } 小さじ1強
醤油 } " 1と2/3
ごま油 } A " 1
塩 } " 1/2
生姜汁 } " 1/2

- ① シューマイの皮は長さを半分にし、2～3mm幅の千切りにする。
- ② 干しいたけは水で戻してみじん切りにする。
- ③ 玉ねぎはみじん切りにして片栗粉をまぶしておく。
- ④ ボウルに豚ひき肉と②・③・Aを入れてよく練り、小さめの団子状に丸める。
- ⑤ バット(又は平たい皿でも可)に①を広げ、④を転がしながらまんべんなくつける。
- ⑥ 蒸し器で15分程度蒸す。

このようにすると、1つ1つ皮で包む難しさが無く手軽に作れますよ！



10月の予定



日	曜	行事	日	曜	行事
3	火	内科健診 13:30	17	火	誕生会
7	土	運動会(瀬戸小体育館) 1部 9:00 2部 10:15 ※現地集合・解散	19	木	歯科健診 9:30
			21	土	オープンハウス・入園説明会
10	火	交通安全教室(3～5歳児)	23	月	(次)1号申込受付 13:00～16:00
12	木	バス遠足・弁当日(3～5歳児)	25	水	口座振替
15	日	学区運動会(3～5歳児)			