



9月 給食だより



岩崎保育園

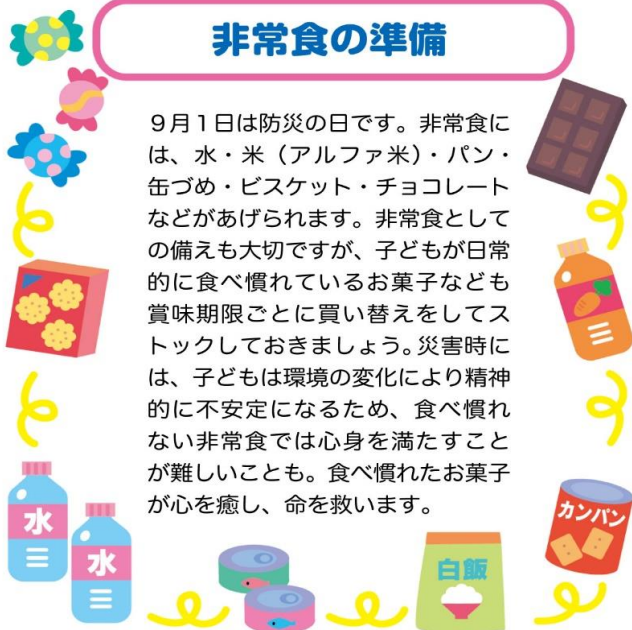
日	曜日	副食	午後のおやつ	未満児	日	曜日	副食	午後のおやつ	未満児
2	月	中華丼 胡瓜と大根の浅漬け 中華スープ・ぶどう	牛乳 災害備蓄用パン シーベリー	お茶 ご飯	9	月	チキンカレー フルーツヨーグルト和え	スキムミルク 卵ロールサンド	牛乳 ご飯
3	火	魚の照り焼き 厚揚げと野菜の揚げ浸し サラダ菜・ミニトマト	スキムミルク 牛乳餅(3日) 月見団子・りんご(17日)	牛乳 ご飯	10	火	豚肉と根菜の煮物 胡瓜のレモン和え サラダ菜・甘夏缶	牛乳 じゃこトースト	牛乳 ご飯
4	水	メンチカツ・千切りキャベツ ブロッコリーと人参の白和え きのこ汁・みかん	スキムミルク 塩昆布おにぎり	牛乳 ご飯	12	木	ほうれん草のキッシュ 千切り大根のサラダ サラダ菜・ミニトマト・ぶどう	スキムミルク おからの パウンドケーキ	お茶 ご飯
5	木	魚の煮付け・南瓜サラダ ミニトマト・サニーレタス 小松菜の味噌汁・みかん	牛乳 しらすのチヂミ	牛乳 ご飯	13	金	魚のマヨネーズ焼き ゴーヤチャンプル サニーレタス・ミニトマト	牛乳 手作りかるかん	牛乳 ご飯
6	金	豚肉の生姜焼き ポテトサラダ サラダ菜・トマト	牛乳 フルーツケーキ	牛乳 ご飯	14	土	あんかけ焼きそば みかん	お茶 リッツ・バナナ	牛乳
7	土	きのこスパゲティ バナナ	お茶 バターロールパン	牛乳	18	水	うま煮 ほうれん草のナムル サニーレタス・ミニトマト	スキムミルク 磯部揚げ風おにぎり	牛乳 ご飯
お誕生会									
19	木	焼き豚チャーハン レタスと人参の千切りサラダ	海老フライ ミニトマト	フライドポテト ぶどう	ブロッコリー 豆腐のすまし汁	ヨーグルト バナナ	お茶		

9月は防災月間です。ご自宅でも防災グッズの用意や点検をされていること
と思います。その際、非常食にお子さんがいつも食べているおやつを加え
おくと、万一のときにも不安を和らげてくれる効果があります。



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・缶づめ・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。



十五夜のお供え物

お月見といえば欠かせないのがお月見団子。十五夜では満月に見立てた丸いお月見団子を供えて作物の収穫に感謝し、豊作を祈願します。月見団子の数は十五夜にちなんだ15個が定番ですが、他には1年の満月の数にあわせた12個（うるう年は13個）、15を簡略して5個にする地方もあります。月見団子には「お月見泥棒」という面白い風習が残っています。これは、「十五夜るときだけはお供え物を勝手に食べてもよい」というもの。「お月様がお供え物を受け取ってくれた」として歓迎する地域もあるんだとか。

