



9月給食だより



令和3年8月31日
認定こども園
聖ヶ丘保育園
こども未来学舎

夏の強い日差しも和らぎ、朝夕はようやく過ごしやすくなってきた今日この頃。実りの秋の到来です。秋といったら“食欲の秋”。美味しい食材がたくさん旬を迎えます。

そんな9月の給食は、旬の野菜や果物などたくさん使用した秋メニューとしました。秋の味覚を存分に味わってください。



《 9月のお誕生日会メニューには、萩ごはんを実施します！ 》

「萩」は秋の七草のひとつで、秋になるといっせいに小さなピンク色の花を咲かせます。

萩ごはんは、黒米の赤紫色を萩の色に、枝豆の緑色を萩の葉に見立てて萩の花を表現した秋のごはんです。

このように和食ではその季節折々の旬の食べ物や風情を取り入れ、料理の中に季節を表現してきました。園のお給食でも和食の文化を取り入れていきます。



萩の花

9月24日(金) お誕生会メニュー

- ・秋野菜の炊き合わせ
- ・さんまの塩焼き
- ・萩ごはん
- ・梨
- ・お月見団子



☆食物アレルギー児には、医師の指示書に沿った代替食又は除去食を提供します。

離乳食		
月	野菜たっぷりトマトシチュー おかゆ	野菜のおじや りんごとさつまいもの煮物
火	豆腐のおやき 煮びたし おかゆ	ツナとチンゲン菜の煮物 含め煮 おかゆ
水	なすの含め煮 炒り豆腐 おかゆ	南瓜のおやき 野菜の和風煮 おかゆ
木	魚と切干大根の煮物 すまし汁 おかゆ	野菜とツナの蒸し煮 すまし汁 おかゆ
金	煮魚 じゃがいもの煮物 おかゆ	煮魚 野菜の煮物 おかゆ

《 保育園児1人あたりの栄養摂取量 》

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン				食塩相当量 (g)	
						A (μgRE)	B ₁ (mg)	B ₂ (mg)	C (mg)		
乳児	基準量	472	19.1	13.3	218	2.2	188	0.26	0.29	20	1.5未満
	給与量	448	17.6	12.1	206	1.6	101	0.24	0.37	20	1.7
幼児	基準量	574	23.0	15.9	259	2.5	213	0.31	0.36	22	1.8未満
	給与量	555	20.7	16.8	175	2.1	139	0.30	0.36	26	2.1

