



のきゅうしょくこんだて



令和8年 9月1日 六合保育園

月	火	水	木	金	土
	1<防災の日> 煮魚 ひじき煮 団子汁 牛乳・ビスコ・バナナ	2 親子煮 味噌汁 (南瓜) 果物 (梨) 牛乳・コーンフレーク	3 和風スパゲティ カリカリしらすのサラダ 鶏そぼろ ツナと昆布のおにぎり	4 鮭のムニエル マセドアンサラダ かき玉汁 牛乳・あべかわマカロニ	5 ポトフ 人参サラダ クラッカー
7 BBQチキン ピーマンサラダ ペイザンヌスープ 牛乳・大学芋	8 魚ロッケ しらすとわかめの酢の物 そうめん汁 ミルク餅	9 松風焼き 鉄分たっぷりサラダ 味噌汁 (切干大根) 牛乳・ピザトースト	10 どさんこラーメン パンパンジーサラダ 果物 (梨) 鮭おにぎり	11 鯖の塩焼き 蓮根きんぴら 味噌汁 (厚揚げ) 牛乳・味噌マドレーヌ	12 肉じゃが 味噌汁 (麩) カステラ
14 ポークビーンズ のり鶏ラダ 果物 (梨) 牛乳・ふのラスク	15 鯖の味噌煮 炊き合わせ もずく汁 ヨーグルト和え	16 麻婆豆腐 パンサンスー 果物 (オレンジ) 牛乳・ジャムパン	17 けんちんうどん カミカミサラダ 昆布の佃煮 おかかおにぎり	18 つみいれ汁 切干煮 ニラ納豆 牛乳・バナナ	19 ハヤシライス ポテトサラダ ビスケット
21<敬老の日> 	22<国民の休日> 	23<秋分の日> 	24 ちゃんぽん 蓮根サラダ 果物 (オレンジ) ちりめんおにぎり	25<十五夜> チキンカツカレー 甘酢和え 果物 (りんご) ジョア・バウムクーヘン	26<運動会>
28 ブルコギ ニラ玉スープ 果物 (オレンジ) 牛乳・セサミトースト	29 白身魚のフライ ツナサラダ 味噌汁 (豆腐) オレンジ寒天	30<お誕生会> オムレツ ゴマサラダ ミネストローネ 牛乳・人参スコーン	※材料購入の都合上、献立を変更する可能性があります。		



ゆり組 味噌作りしました



8月4日(火) あわせ味噌を作りました。麴と大豆をよく混ぜ、水を入れたら、ビニール袋をブーツに見立て、美味しくな～れ♪と唱えながら、優しく踏み混ぜ合わせました。味噌団子を作って瓶の中に投げ入れて空気を抜きました。蓋をして、発酵させています。天候にもよりますが、12月末ごろ完成予定です。



朝ご飯は、しっかり摂りましょう★

運動会に向けて、子どもたちは練習を頑張っています。睡眠をしっかりと摂り、朝ごはんは、腹持ちの良いご飯(おにぎり)を食べ、登園しましょう。水筒の量も多めにお願いします。



カルシウム、摂っていますか???

カルシウムと聞いて思い浮かぶものは、牛乳・乳製品ですが、大豆・小魚・緑黄色野菜・海藻にも多く含まれています。体のカルシウムは、男性 30 歳・女性 20 歳頃をピークに減少します。乳幼児期は、体の中のカルシウムの貯蔵庫を大きくする大事な時期です。

色々な食材から摂るよう意識してみたいかがでしょうか。

