



9月の給食こんだて

〈目標〉 いっしょに食べられる楽しさと、おいしさを知る子ども



近年、豪雨や台風などの大きな災害が全国的に起こっています。大きな災害が起こると水や食料品が手に入りにくくなりますので、日ごろから日持ちのする食材などを少し多めに買い置きし、使いながら備える「ローリングストック」を実践しましょう。



4(月) ポークチャップ かみかみあえ わかめのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 塩せんべい	5(火) サーモンの レモン醤油あげ 和風サラダ なめこのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 ぽたぽた焼き	6(水) しょうゆラーメン やさいのソテー ^{フード} フルーツ <おやつ> 牛乳 ばかりけ（ごま）	7(木) つくね照り焼き ほうれん草の コーンあえ キャベツのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 源氏パイ	8(金) さけの甘塩焼き すき昆布炒め煮 じゃがいものみそ汁 フルーツ <おやつ> ミルクココア ぱりんこ（減塩）	1(金) さばのソース焼き にんじんシリシリ たいこんのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 二色どら焼き	2(土) 鶏肉の ごまみそ焼き おひたし 豆腐のみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 おにぎりせんべい
11(月) チキンシチュー グリーンサラダ フルーツ <おやつ> 牛乳 おにぎりせんべい	12(火) さばのさっぱり煮 ごまあえ わかめのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 ビスコ（いちご）	13(水) ジャムサンド ^{フード} 鶏のから揚げ イタリアンサラダ ^{フード} コンソメスープ フルーツ <おやつ> 牛乳 ホットケーキアソート	14(木) 鶏肉の塩だれ焼き トマトのサラダ ^{フード} もやしのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 雪の宿（黒糖ミルク）	15(金) サーモンの コーンマヨ焼き ^{フード} ツナあえ たいこんのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 源氏パイ	16(土) 親子煮 ^{フード} おひたし 油揚げのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 白い風船	9(土)運動会
18(月)敬者の日	19(火) 白身魚の 野菜あんかけ おひたし キャベツのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 白あんドーナツ	20(水)誕生日 マーボー丼 ナムル わかめスープ フルーツ <おやつ> 牛乳 星たべよ	21(木)おにぎりday タンドリーチキン ^{フード} ゆでやさい なめこのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 手作りおやつ	22(金) ほっけの甘塩焼き 肉じゃが えのきのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 黒糖ケーキ	23(土)秋分の日	
25(月) ハヤシライス ^{フード} コールスロー サラダ ^{フード} フルーツ <おやつ> 牛乳 揚げ一番	26(火) サーモンの照り焼き 切干大根の炒め煮 わかめのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 小魚アーモンドせんべい	27(水) 栗ごはん おかかあえ いものこ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 ぱりんこ（減塩）	28(木) 焼き肉 春雨サラダ もやしのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 雪の宿	29(金) 鶏肉の ケチャップあえ 千草あえ たいこんのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 おにぎりせんべい	30(土) 豚肉の しょうが焼き 華風あえ 豆腐のみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 ばかりけ（青のり）	
10/2(月) 鶏肉のレモン醤油あげ おひたし えのきのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 ビスコ	<p>★その日の給食材料により献立変更の場合もあります。 ★アレルギーを持っている子、体調の悪い子には特別食を準備していますのでお知らせください。 ★今月のアレルギー食は、卵・乳製品です。 (のマークは、卵を除去します。(つなぎは、水溶き小麦粉で代替えします) (のマークは、乳製品を除去します。(牛乳・ミルクココアは麦茶で代用します) ※おにぎりday りす組～さくら組は食べられる大きさのおにぎりをお願いします ※ は3歳以上児（もしも・ひまわり・さくら）ごはんはいりません</p>					



給食だより

暑かった～。今年の夏は暑かった。毎日毎日「今日が一番暑いね～」と暑さを更新し、朝も夜も暑かった♪そんな暑さのまま9月を迎えた。青かった稻も日増しに頭を垂れ、黄金色になってきました。りんごも赤くなっているだろうな。秋虫の声も聞こえてきます。季節はちゃんと進んでいるんですね。「暑さ寒さも彼岸まで」もうすぐつやつやの新米も食べられます。今しばらくの残暑をしのいで、「おいしい秋」を待ちましょう。

さくら組♥ピザづくり

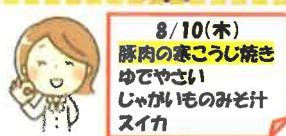


7/28はさくら組の「夕涼み会」でした。みんなで恒例のピザつくりに挑戦！生地を伸ばすのはちょっとむずかしいぞ。まるく伸ばしたら、園でどれかトマトやナスをトッピング！チーズをたっぷりのせて「おいしいくなれ」



おいしく笑顔がいっぱい!!

とってもおいしく焼けたピザ
みんなの笑顔がサイコー!
ピザづくり大成功!!



うごっとおしゃて!
塩こうじと寒こうじって
何が違うの?

8/10(木)
豚肉の寒こうじ焼き
ゆでやさい
じゃがいものみそ汁
スイカ

9月1日は「防災の日」 非常食の準備はしていますか？

秋田県に甚大な被害をもたらした7月の記録的な豪雨。被災された方々は日々に「今までこんなことはなかった」と言っていました。災害は決して他人事ではない、明日はわが身かもしれないと思い知らされました。災害時はガス、水道が止まるなど、ふだんの生活ができなくなる可能性があります。いつ来るかわからない災害に私たちができるることは、「備え」です。水やアルファ米、レトルト食品など最低3日分の非常食を準備しておきましょう。また災害時に子どもは慣れない環境で精神的に不安定になるため、いつも食べ慣れているお菓子なども備えておきましょう。



8月10日の主菜「豚肉の寒こうじ焼き」は、寒こうじにつけた豚肉が柔らかくおいしく焼き上がり大好評でした！塩こうじは漬物や鶏の唐揚げに使ったことがあるけど、寒こうじは初めてだったので、第一印象は「塩こうじと違う!？」でした。どろっとしていて米粒がつやつやしているぞ。調べてみると、材料や作り方が違っていて、塩こうじは米麴に塩と水で作り熟成時間は1～2週間でさらっとしている、寒こうじはその名通り寒い時期に作り、水を一切加えず、もち米かうるち米を炊いたご飯を加え半年以上熟成されるので、とろりとした感じに仕上がるとのこと。そして塩こうじはさらっとしていてキレのある塩の旨味できゅうりや鶏胸肉、おかゆなど素材の味がやさしいものに向いているが、寒こうじは甘味が強くコクがあり、豚肉、牛肉、魚でも脂のあるもの、素材の味が比較的強いものに向いているそう。まだまだ奥が深そうなこうじの世界。それぞれの特性を生かし、毎日の料理に取り入れていきたいですね。

