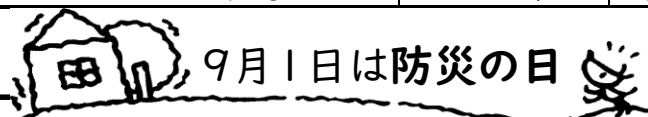


9 月 献 立 表

令和8年度

神楽保育所

日	曜日	全 児 童		3 歳未満児		日	曜日	全 児 童		3 歳未満児	
		昼食	3 時おやつ	10時おやつ	昼食			昼食	3 時おやつ	10時おやつ	昼食
1	火	鮭のムニエル ポテトサラダ	小松菜スープ くだもの	ソーメン汁	牛 乳 食パン	14	月	豚肉のショウガ焼き ごま酢あえ	みそ汁 くだもの	牛 乳 おからドーナツ	牛 乳 ごはん
2	水	ヒレカツ ブロッコリーのあえもの	みそ汁 くだもの	牛 乳 米粉クッキー	牛 乳 ごはん	15	火	エビフライ コールスローサラダ	パンプキンスープ くだもの	牛 乳 クラッカーサンド	牛 乳 米粉パン
3	木	卵焼き あえもの	豚汁 くだもの	牛 乳 きなこ蒸しパン	牛 乳 ごはん	16	水	かみなり豆腐 磯香あえ	春雨スープ くだもの	牛 乳 にんじんポッキー	牛 乳 ごはん
4	金	ほっけの和風ソテー さつまあげと大根炒め煮	みそ汁 くだもの	牛 乳 いももち	牛 乳 ごはん	17	木	ほっけの照り焼き 五目きんぴら	みそ汁 くだもの	牛 乳 メロンパン風スコーン	牛 乳 ごはん
5	土	みそ野菜ラーメン 枝豆	くだもの	牛 乳 キャラメルコーン	牛 乳	18	金	キャロットライス じゃこサラダ	コンソメスープ くだもの	牛 乳 アップルケーキ	ヤクルト 誕生会
7	月	マーボー豆腐 中華あえ	みそ汁 くだもの	牛 乳 ホットケーキ	牛 乳 ごはん	19	土	親 子 遠 足			
8	火	たらのパン粉焼き ブロッコリーのソテー	コンソメスープ くだもの	牛 乳 ご飯のおやき	牛 乳 バターパン	24	木	鮭の秋色焼き キャベツのサラダ	みそ汁 くだもの	牛 乳 揚げパン	牛 乳 ごはん
9	水	チキンチキンごぼう おかかあえ	みそ汁 くだもの	うどん	牛 乳 ごはん	25	金	ひじき入り卵焼き 筑前煮	みそ汁 くだもの	牛 乳 かぼちゃだんご	牛 乳 ごはん
10	木	秋野菜カレー 大根サラダ	コンソメスープ くだもの	シャーベット	牛 乳 カレーライス	26	土	やきそば チーズ	小松菜と卵のスープ くだもの	牛 乳 フルーツあわせ	牛 乳
11	金	親子煮 小松菜のなめたけあえ	みそ汁 くだもの	牛 乳 ごまラスク	牛 乳 ごはん	28	月	すきやき ツナあえ	みそ汁 くだもの	牛 乳 ピザトースト	牛 乳 ごはん
12	土	スパゲティナポリタン 野菜スープ	チーズ くだもの	牛 乳 ふかし芋	牛 乳	29	火	挽肉とマッシュポテトの重ね焼き もやし炒め	白菜の豆乳スープ くだもの	牛 乳 鮭わかめおにぎり	牛 乳 レーズンパン
						30	水	豆腐の野菜あんかけ 春雨サラダ	みそ汁 くだもの	牛 乳 いちご蒸しパン	牛 乳 ごはん



9月1日は防災の日



「防災の日」は、災害への備えについて見直す大切な日です。
地震や洪水などの災害は、いつ起こるかわかりません。



保育所では、定期的な避難訓練を行っている他、災害備蓄も行っています。
ご家庭では、飲料水や非常食を備えておくことと安心です。乾麺やレトルト食品、缶詰などを少し多めに買い置きし、食べた分だけ補充する「ローリングストック」を行うと、無理なく備蓄を続けることができます。
災害は、慣れない環境や不安で食欲が落ち込む事もあります。お子さんが普段から食べ慣れている食品や好きな食品も備蓄するとよいですね。備蓄だけでなく、日ごろから、様々な食品でバランスのよい食事を心がけることも、大切な備えとつながります。
いざという時にも安心して食事ができるよう、日頃から家族で防災について話し合い、食の備えを見直す機会にしてみましょう。

旭川のくだもの

旭川では、豊かな自然と寒暖差を生かしておいしいくだものが育てられています。
さくらんぼ、りんご、なし、ぶどう、プルーン、プラム、ブルーベリー、アロニアなど種類もいろいろです。
給食でも、季節を感じてもらえるように旬のくだものを取り入れています。ご家庭でも、旭川産のくだものを見かけた際は、ぜひ味わってみてください。市内には、果樹園直売所もあります。



9月25日は十五夜です

十五夜は一年の中で、特に美しい月を眺めながら、秋のみのりに感謝する日本の伝統行事です。
「中秋の名月」とも言われます。里芋やすずき、お団子などをお供える風習があります。
秋は、野菜やお米も収穫される季節です。
季節の食べ物を楽しみながら、夜空のお月様を眺めてみるのはいかがでしょうか。



* 行事・物資の都合等により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。