

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|---|--|---|---|
| 未満児 | | 牛乳 | 牛乳・果物 | 牛乳 | |
|  | |  | 1 ハヤシライス キャベツの酢の物 ヨーグルト和え | 2 ご飯 はんぺんのチーズ焼き ポテトサラダ コンソメスープ 果物 | 3 あけぼのご飯 ほうれん草ごま和え 豚汁 果物 |
| | | | 牛乳 菓子 | 牛乳 豆腐入りみたらし団子 | おやつ |
| 未満児 牛乳 | 牛乳・ウエハース | 牛乳 | 牛乳・チーズ | 牛乳 | |
| 5 月見うどん 焼きししゃも 二色和え 果物 | 6 ご飯 豆腐のおやき ひじきの煮物 コロコロスープ 果物 | 7 麦ご飯 サワラのマヨネーズ焼き かぼちゃの煮物 オクラのすまし汁 果物 | 8 お弁当の日 | 9 お月見会 誕生会 | 10 ひじきご飯 野菜の田舎煮 なめこのみそ汁 果物 |
| 梅おにぎり チーズ | 牛乳 菓子 | 牛乳 フレンチトースト | アイスクリーム | 牛乳 シフォンケーキ | おやつ |
| 未満児 牛乳 | 牛乳・果物 | 牛乳 | 牛乳・ウエハース | 牛乳 | |
| 12 和風スパゲティ ほうれん草のごま和え ポテトスープ 果物 | 13 ご飯 和風ハンバーグ ミルクおから 小松菜のみそ汁 果物 | 14 ご飯 サケのピカタ 切干大根の含め煮 ふのすまし汁 果物 | 15 ご飯 豚みそ焼き 甘酢和え 大根のすまし汁 果物 | 16 ご飯 茶碗蒸し 田舎煮 キャベツのみそ汁 果物 | 17 2園合同運動会 |
| 十六穀米おにぎり チーズ | ぜんざい | 牛乳 菓子 | 牛乳 ジャムサンド | 牛乳 いりこの甘辛煮 | |
| 未満児 | 鉄分ヨーグルト | 牛乳 | 牛乳・パン | 牛乳 | |
| 19 敬老の日 | 20 ご飯 豆腐のナゲット スティック野菜 オクラのみそ汁 果物 | 21 ご飯 アジの塩焼き ほうれん草の白和え なすのすまし汁 果物 | 22 豆乳ラーメン かわり大学芋 ほうれん草のごま和え 果物 | 23 秋分の日 | 24 チキンライス コールスローサラダ ふわふわスープ 果物 |
| | 牛乳 菓子 | 豆乳レーズンもち | 日本茶 おはぎ | | おやつ |
| 未満児 牛乳 | 牛乳・果物 | 牛乳 | 牛乳・いりこ | 牛乳 | |
| 26 クッキング きのこカレー アサリのしぐれ煮 ドレッシングサラダ 果物 | 27 ご飯 マーボー豆腐 キュウリの中華風 春雨スープ 果物 | 28 麦ご飯 サバの煮つけ 納豆和え 豆腐のすまし汁 果物 | 29 ご飯 スコッチエッグ 三色和え じゃが芋のみそ汁 果物 | 30 ご飯 タンドリーチキン 炒め野菜のおかか和え 実だくさん汁 果物 |  |
| 枝豆おにぎり | 牛乳 菓子 | プリン | 牛乳 かぼちゃ饅頭 | 牛乳 じゃが芋のホイル焼き | |

★秋の行事 お月見を楽しみましょう！

日本には、旧暦の8月15日の夜(新暦の9月中旬～10月上旬)を**十五夜**と呼び、お月見だんごやススキ・ぶどう等秋の味覚をお供えてお月見をする習慣があります。このころの月を**仲秋の名月**と呼んで昔から「一番きれいな月」として眺めてきました。ゆったりとした気持ちで夜空の月を見てみませんか？

今年の十五夜は、9月10日です。保育園では9月9日にお月見会を予定しています。



暑さ寒さも彼岸まで

春の彼岸は農作業が始まる時期で、秋の彼岸は収穫の時期に当たります。春には山の神などを迎えるぼたもちを、秋には収穫に感謝しておはぎを作ったといわれています。おはぎにまぶした小豆の粒が秋の七草である萩の花に似ていることからだともいわれています。保育園では9月22日のおやつにおはぎを予定しています。