

9月分 3歳以上児

献立表

日	曜日	午後おやつ
2	月	牛乳 かりんとらうだーナツ(黒糖)
3	火	ゼリー
4	水	牛乳 クッキー
5	木	牛乳 まがりせんべい
6	金	牛乳 ハーベスト
7	土	ジュース 豆乳ウエハース
9	月	牛乳 クッキー
10	火	牛乳 雪の宿せんべい
11	水	プリン
12	木	牛乳 豆乳ウエハース
13	金	牛乳 どら焼き
14	土	ジュース ビスケット
17	火	牛乳 ココアの実
18	水	牛乳 卵ポ一口
19	木	ゼリー
20	金	牛乳 ソフトサラダせんべい
21	土	ジュース 五穀ビスケット
24	火	ゼリー
25	水	牛乳 かえでの実
26	木	牛乳 ハーベスト
27	金	牛乳 ぼたぼた焼きせんべい
28	土	ジュース まがりせんべい
30	月	牛乳 ハーベスト

土曜日 献立	
7日	豚汁うどん・さつま芋の あおさ焼き・ゼリー
14日	和風あんかけ丼・みそ 汁・里芋の煮物・みか ん
21日	厚揚げときのこのうど ん・白身魚の天がら・ ヨーグルト
28日	三色丼・みそ汁・ちくわ とキヤベツの煮浸し・ゼ リー

非常食の準備

9月1日は防災の日です。非常食には、水・米（アルファ米）・パン・缶づめ・ビスケット・チヨコレートなどがあげられます。非常食としての備えも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限ごとに買い替えをしてストックしておきましょう。災害時には、子どもは環境の変化により精神的に不安定になるため、食べ慣れない非常食では心身を満たすことが難しいことも。食べ慣れたお菓子が心を癒し、命を救います。



中秋の名月「お月見」

中秋の名月を「十五夜」ともいいます。十五夜は、秋の美しい月を良ながら収穫に感謝する日といわれ、十五夜には、15個のお団子をお供えします。お月見に欠かせないお団子は、白玉粉や上新粉で作ります。白玉粉で作るときは、豆腐を入れるとなめらかになり、子どもたちも食べやすくなります。お月見の見えるところにお団子と、秋に収穫される果物やスキを供えて、感謝と祈りを捧げましょう。

