

# 給食だより



# 9月

9月にトリキレシンの暑い日が続いていましたが、  
気温が少し下がって涼しくなってきました。今月は  
運動会を予定しています！ 晴れるといいですね！

2024.9.1 中見北ゆりかご保育園

	主食	副食	午後のおやつ
2月	ごはん	おろし汁(豆腐、わかず) サバ味噌煮、素揚げポテト	りんご、せんべい
3火	パン	高野豆腐スープ 魚のマトネ-ス焼き カリフラワー	五平もち 果物
4水	中華丼	大根と桜エビの揚げ煮	パジャマケーキ
5木	ごはん	おろし汁(キャベツ、玉ねぎ) 素揚げポテト、魚のマトネ-ス焼き、小松菜と豆腐あん	りんご、せんべい
6金	味噌汁 スイート	もやしサラダ	じゃんぱん、果物
7土	冷麺	かぼちやのそぼろ煮、甘酢大根	おかし 果物
9月	ごはん	おろし汁(キャベツ、玉ねぎ) スライストマト、素揚げポテト、魚のマトネ-ス焼き、インゲン豆	りんご、せんべい
10火	パン	コーンポタージュ チリコンカン カリフラワー-マトネ-ス	カレーポテト
11水	とろろごはん	おろし汁(大根、しめじ) 火の玉豆腐 スリキニョウ	おかし、果物
12木	わかずごはん	おろし汁(白菜、あげ) 魚のマトネ-ス焼き、人参、インゲン豆	おかし
13金	秋のカレーライス	チーズサラダ	おかし
14土	味噌うどん	高野豆腐とわかずの煮物 トマト	おかし 果物
17火	ごはん	おろし汁(キャベツ、玉ねぎ) 魚のマトネ-ス焼き、大根、揚げポテト	りんご、せんべい
18水	魚豆腐	清汁(豆腐、わかず) 大豆のたまご、さつまいも、果物	りんご、せんべい
19木	ごはん	おろし汁(キャベツ、玉ねぎ) 魚のマトネ-ス焼き、人参、インゲン豆	おかし
20金	スイート	かぼちやサラダ	りんご、せんべい
21土	沢庵うどん	ゆずじょうろ、甘酢大根	おかし 果物
24火	わかずごはん	おろし汁(白菜、あげ) 魚のマトネ-ス焼き、大根、揚げポテト	りんご、せんべい
25水	ごはん	おろし汁(大根、しめじ) マーボー豆腐、小松菜と豆腐あん	おかし
26木	ごはん	おろし汁(豆腐、キャベツ) 月餅の香味揚げ、ゆず、大根、揚げポテト	りんご、せんべい
27金	細豆腐スイート	2020サラダ	りんご、せんべい
28土	わかずうどん	芋の煮、ごぼう、甘酢まかり	おかし 果物
30月	ごはん	おろし汁(大根、しめじ) マーボー豆腐、魚のマトネ-ス焼き、揚げポテト	りんご、せんべい

**9月の予定**

15日(日) ゆりかご運動会

18日(水) 9月のお誕生会

21(土) 運動会 代休協力日

ご協力をお願いします!!

## <9月は食生活改善普及運動の月間です!!>

厚生労働省は、毎年9月1日から9月30日までの1ヵ月を「食生活改善普及運動」の月間として定めています。令和6年度は「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマとし、「バランスの良い食事を摂ってい子者の増加」、「野菜摂取量の増加」、「果物摂取量の改善」、「食塩摂取量の減少」等を、栄養・食生活領域の目標として掲げています!!