

9月給食だより

みなさんは「口腔機能発達不全症」という言葉をご存じでしょうか？ 食べる・飲み込む・話すなど、お口の機能が十分に育っていないことをいいます。お口の機能を育てるために大切なのが、毎日の食事で「よくかむこと」です。

今月の給食では、少し歯ごたえのある食材などを使い、いつもより自然とかむ回数が増える献立を多く取り入れています。

「よくかむ」ことも、子どもたちの大切な成長のひとつ。給食では、おいしく・楽しく食べながら、元気なお口の成長をサポートします。

かめかめメニュー

わかめの酢の物

野菜スティック

金平ごぼう

かりんとう

シャキシャキサラダ

調理方法の工夫でも噛み応えを出すことができます。

- ・茹で時間の短縮
- ・具材を大きく切る
- ・複数の食材を組み合わせる



海藻やキノコ類、もやしなど、柔らかい食材ですが、噛み応えがあります。

お月見メニュー

ごはん

根菜汁

鶏つくね

さつま芋の煮物





令和8年

献立表 9月



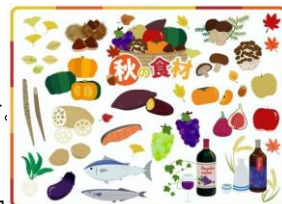
		1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)
午前 おやつ		せんべい 麦茶	クッキー 麦茶	洋菓子 麦茶	せんべい 麦茶
昼		ごはん みそ汁 豚肉のスタミナ炒め 大根の煮物	ラーメン 手作りしゅうまい オレンジ	ごはん みそ汁 ミートオムレツ 春雨サラダ	ごはん みそ汁 鶏の唐揚げ 白和え
午後 おやつ		メロンパンクッキー 牛乳	おにぎり 麦茶	揚げパン 牛乳	アイスクリーム 麦茶
	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)
午前 おやつ	ビスケット 麦茶	せんべい 麦茶	クッキー 麦茶	洋菓子 麦茶	せんべい 麦茶
昼	ごはん みそ汁 さけの塩焼き 竹輪とひじきの煮物	ごはん みそ汁 焼き鳥風チキン 人参りしり	クロワッサン オニオンスープ ハンバーグ ミモザサラダ	ごはん たまごスープ マーボー豆腐 ワカメの酢の物	チキンカレー 野菜スティック ヨーグルト
午後 おやつ	フルーツヨーグルト 麦茶	スイートポテト 牛乳	おにぎり 麦茶	ゼリー 麦茶	クリームブッセ 牛乳
	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
午前 おやつ	ビスケット 麦茶	せんべい 麦茶	クッキー 麦茶	洋菓子 麦茶	せんべい 麦茶
昼	ごはん すまし汁 さわらの西京焼き ほうれん草の和え物	ごはん みそ汁 肉豆腐 山のサラダ	きつねうどん カレー春巻き バナナ	ごはん みそ汁 親子煮 金平ごぼう	ごはん みそ汁 赤魚の竜田焼き 肉じゃが
午後 おやつ	かぼちゃのロールパイ 牛乳	ピザトースト 麦茶	おにぎり 麦茶	豆腐ドーナツ 牛乳	たい焼き 麦茶
	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)
午前 おやつ				洋菓子 麦茶	せんべい 麦茶
昼				ごはん みそ汁 カレイの煮付 もやしの和え物	ごはん 根菜汁 鶏つくね さつまいもの煮物
午後 おやつ				手作りかりんとう 麦茶	うさぎのジャムサンド 牛乳
	28日(月)	29日(火)	30日(水)		
午前 おやつ	ビスケット 麦茶	せんべい 麦茶	クッキー 麦茶		
昼	ごはん みそ汁 さばの塩麹焼き じゃが芋の甘辛バターソテー	カレーライス シャキシャキサラダ バナナ	ロールパン コーンスープ ポテトコロッケ ツナサラダ		
午後 おやつ	カットゼリー 麦茶	お麴ラスク 牛乳	おにぎり 麦茶		

月間平均栄養素

	以上児	未満児
エネルギー	538 kcal	460 kcal
たんぱく質	20.2 g	16.5 g
脂質	18.1 g	15.0 g
塩分相当量	2.1 g	1.7 g

午前のおやつは未満児のみです。

※都合により献立を変更する場合があります。



幼保連携型認定こども園 美里さくら幼稚園

離乳後期献立表 9月

		1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)
午前 おやつ		離乳せんべい 麦茶	離乳クッキー 麦茶	離乳ウエハース 麦茶	離乳せんべい 麦茶
昼		ごはん みそ汁 豚ひき肉の甘辛煮 大根の煮物	煮込みうどん 手作りしゅうまい オレンジ	ごはん みそ汁 ミートオムレツ 春雨サラダ	ごはん みそ汁 肉団子 白和え
午後 おやつ		離乳クッキー 麦茶	おにぎり 麦茶	離乳蒸しパン 麦茶	ベビダノン 麦茶
	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)
午前 おやつ	離乳ビスケット 麦茶	離乳せんべい 麦茶	離乳クッキー 麦茶	離乳ウエハース 麦茶	離乳せんべい 麦茶
昼	ごはん みそ汁 さけの塩焼き ひじきの煮物	ごはん みそ汁 焼き鳥風ささみ 人参しりしり	食パン オニオンスープ ハンバーグ ミモザサラダ	ごはん たまごスープ 豆腐のそぼろ煮 わかめの酢の物	ごはん じゃが芋のトマト煮 野菜スティック ヨーグルト
午後 おやつ	バナナヨーグルト 麦茶	スイートポテト 麦茶	おにぎり 麦茶	ベビダノン 麦茶	離乳菓子 麦茶
	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
午前 おやつ	離乳ビスケット 麦茶	離乳せんべい 麦茶	離乳クッキー 麦茶	離乳ウエハース 麦茶	離乳せんべい 麦茶
昼	ごはん すまし汁 さわらの西京焼き ほうれん草の和え物	ごはん みそ汁 豚ひき肉と豆腐の煮物 山のサラダ	煮込みうどん 肉しゅうまい バナナ	ごはん みそ汁 親子煮 金平大根	ごはん みそ汁 赤魚の照り焼き 肉じゃが
午後 おやつ	離乳菓子 麦茶	ピザトースト 麦茶	おにぎり 麦茶	離乳おやき 麦茶	離乳菓子 麦茶
	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)
午前 おやつ				離乳ウエハース 麦茶	離乳せんべい 麦茶
昼				ごはん みそ汁 カレイの煮付 もやしの和え物	ごはん 根菜汁 鶏つくね さつま芋の煮物
午後 おやつ				離乳菓子 麦茶	うさぎの食パン 麦茶
	28日(月)	29日(火)	30日(水)		
午前 おやつ	離乳ビスケット 麦茶	離乳せんべい 麦茶	離乳クッキー 麦茶		
昼	ごはん みそ汁 さばの塩焼き じゃが芋の甘辛バターソテー	ごはん じゃが芋のトマト煮 シャキシャキサラダ バナナ	食パン コンソメスープ 肉団子 ツナサラダ		
午後 おやつ	ベビダノン 麦茶	お麴ラスク 麦茶	おにぎり 麦茶		

月間平均栄養素

エネルギー	325 kcal
たんぱく質	10.7 g
脂質	6.8 g
塩分相当量	0.8 g

午前のおやつは未満児のみです。

※都合により献立を変更する場合があります。

