

令和6年度

# 9月園だより

認定こども園 清涼 保育園

生活リズムが崩れていませんか？早寝早起き健康的な食事を心がけましょう。生活リズムが崩れると便秘になったり情緒不安定になる子もいます、お子さんの様子を注意して見守ってあげてください

## 今月の予定

- 10日 生活安全指導
- 17日 身体測定
- 27日 避難訓練  
引き渡し訓練

10月の予定  
4日 遠足

## 8月の子どもたち

お盆明けに登園したこども達、お出かけした話、祖父母さんと過ごした話、たくさん聞かせてくれました。ミッキーじゃなくてミニニーに会ったよ。花火をしたよ等々。どの子も瞳をキラキラさせて話してくれました。ひと夏の素敵な思い出ができましたね。おじいちゃんおばあちゃん、保護者の皆さん、お疲れ様でした。



## 今月のねらい

### もみじ組

- ◇ お友達の気持ちを考えて優しい口調で自分の気持ちを伝えてゆく
- ◇ 季節の移り変わりを感じ秋の自然物に興、関心を持つ
- ◇ 戸外で体を動かし、ルールを守って遊んだり競ったりする楽しさを味わう

### 桜組

- ◇ 遠足へ期待を持ち、歩くことを楽しむ
- ◇ 夏の疲れを癒し、生活リズムを整えながら快適に過ごす
- ◇ 身の回りのことに意欲的に取り組む

### 桃組

- ◇ 跳ぶ、くぐる、ぶら下がるなど体を動かすことを楽しむ。
- ◇ 保育者や友達と簡単な言葉を交わしながら見立て遊びや関わり遊びを楽しむ。
- ◇ 戸外に出て秋の自然を感じる

南海トラフ地震の注意報、大型台風の接近上陸と、自然災害の脅威を身近に感じる数週間でした。保育園では、非常用の備品、持ち出し袋、飲料水、食料の再度確認を行いました。ご家庭でも、避難先、避難先までのルート確認、連絡方法、備蓄品の確認など出来る範囲で行いましょう。





# 2024 年度

# 9 月給食献立表

| 日             | 曜           | 昼食  | おやつ  | 赤：血や肉になる                                | 黄：熱や力になる                                   | 緑：調子を整える   |
|---------------|-------------|---|--|---|--|--|
| 2             | 月           | ごはん<br>鯖の塩焼き<br>青梗菜と油揚げの煮浸し   | スナックパン<br>牛乳                                 | 鯖<br>油揚げ<br>普通牛乳                        | 精白米<br>スナックパン                              | 青梗菜<br>キャベツ<br>人参  |
| 3             | 火           | ごはん<br>鶏肉と冬瓜の煮物<br>なめこめかぶのじゃこ和え   | バナナケーキ<br>牛乳                                 | 鶏肉・絹ごし豆腐<br>しらす干し<br>鶏卵<br>普通牛乳         | 精白米・片栗粉<br>薄力粉<br>調合油<br>三温糖               | 冬瓜・人参<br>オクラ・乾椎茸<br>なめこ・めかぶわかめ<br>ゆかり・バナナ                |
| 4<br>・<br>18  | 水           | 中華飯<br>里芋のマッシュサラダ   | マカロニかりんとう<br>牛乳<br>桃組：マカロニきな粉<br>18 日マカロニきな粉 | 豚肉<br>鶏挽肉<br>普通牛乳                       | 精白米・片栗粉<br>調合油・三温糖<br>ごま油・マカロニ<br>黒砂糖・里芋水煮 | 緑豆もやし・人参<br>乾椎茸・青梗菜<br>たけのこ水煮<br>玉葱                      |
| 5<br>・<br>19  | 木           | 食パン<br>鶏肉のカレーソテー<br>ヨーグルト   | お煎餅<br>梨<br>牛乳                               | 鶏肉<br>ヨーグルト<br>普通牛乳                     | 食パン<br>調合油<br>じゃが芋<br>お煎餅                  | 玉葱<br>人参<br>ぶなしめじ<br>青ピーマン・梨                             |
| 6<br>・<br>20  | 金           | ごはん<br>豆腐と挽肉の重ね蒸し<br>春雨ともずくの中華サラダ   | きな粉のおはぎ<br>牛乳                                | 木綿豆腐・豚挽肉<br>マグロ水煮缶詰<br>きな粉<br>普通牛乳      | 精白米・片栗粉<br>緑豆春雨<br>三温糖<br>ごま油              | 玉葱<br>乾椎茸・もずく<br>胡瓜<br>人参                                |
| 7<br>・<br>21  | 土           | チキンライス<br>コンソメスープ   | ジャムサンド<br>牛乳                                 | 鶏挽肉<br>普通牛乳                             | 精白米<br>調合油<br>じゃが芋<br>食パン                  | 玉葱・人参・青ピーマン<br>トマトケチャップ<br>キャベツ・ぶなしめじ<br>コーン缶詰粒・苺ジャム     |
| 9<br>・<br>27  | 月<br>・<br>金 | ロールパン<br>ウインナーポトフ<br>ヨーグルト  | クッキー<br>梨<br>牛乳                              | ウインナーソーセージ<br>ヨーグルト<br>普通牛乳             | ロールパン<br>じゃが芋<br>クッキー                      | 玉葱・人参<br>キャベツ<br>ぶなしめじ<br>梨                              |
| 10<br>・<br>24 | 火           | チリコンカンライス<br>冬瓜ときのこのスープ   | 豆乳葛餅<br>牛乳                                   | 豚挽肉<br>大豆水煮缶詰<br>調合油・きな粉<br>普通牛乳        | 精白米<br>葛粉<br>三温糖                           | 玉葱・人参・青ピーマン<br>トマト大豆缶詰・冬瓜<br>トマトケチャップ・乾椎茸<br>ぶなしめじ・えのきたけ |
| 11<br>・<br>25 | 水           | ごはん<br>鮭の味噌マヨ焼き<br>高野豆腐の含め煮   | あんトースト<br>牛乳                                 | 鮭<br>赤色辛味噌<br>凍り豆腐・こしあん<br>普通牛乳         | 精白米<br>マヨネーズ<br>三温糖・食パン<br>無塩バター           | 人参<br>さやいんげん<br>乾椎茸                                      |
| 12<br>・<br>26 | 木           | ごはん<br>厚揚げの苺あんかけ<br>キャベツの納豆和え   | じゃが芋餅<br>牛乳                                  | 生揚げ<br>豚肉・納豆<br>削り節<br>普通牛乳             | 精白米<br>片栗粉・調合油<br>ごま油・じゃが芋<br>三温糖          | 人参・あさつき<br>生椎茸・えのきたけ<br>舞茸・キャベツ<br>コーン缶詰粒                |
| 13            | 金           | ごはん<br>豚肉の生姜炒め<br>薩摩芋とひじきのサラダ   | フルーツポンチ<br>牛乳                                | 豚肉<br>調合油<br>普通牛乳                       | 薩摩芋<br>いりごま<br>ごま油                         | 玉葱・人参・キャベツ<br>青ピーマン・胡瓜・乾ひじき<br>蜜柑缶詰・白桃缶・パイン缶<br>バナナ      |
| 14<br>・<br>28 | 土           | 苺のあんかけうどん<br>小魚スナック<br>バナナ  | ココアサンド<br>牛乳                                 | 鶏肉<br>油揚げ<br>煮干し<br>普通牛乳                | うどん・ごま油<br>片栗粉・食パン<br>三温糖<br>コーンスターチ       | ぶなしめじ<br>人参・えのきたけ<br>長葱<br>バナナ                           |
| 17            | 火           | 里芋ごはん<br>鯖の塩焼き<br>青梗菜と油揚げの煮浸し   | お月見団子<br>牛乳                                  | 鶏肉・鯖<br>油揚げ<br>絹ごし豆腐<br>普通牛乳            | 精白米<br>里芋水煮<br>白玉粉・上新粉<br>三温糖・片栗粉          | ぶなしめじ<br>青梗菜<br>キャベツ<br>人参                               |
| 30            | 月           | ごはん<br>ひじきハンバーグ<br>薩摩芋サラダ  | カステラケーキ<br>牛乳                                | 鶏挽肉・木綿豆腐<br>マグロ水煮缶詰<br>ホイップクリーム<br>普通牛乳 | 精白米・片栗粉<br>薩摩芋・マヨネーズ<br>いりごま<br>ロールケーキ     | 玉葱・人参<br>乾ひじき<br>胡瓜<br>梨                                 |

★園で初めて口にと言う事がないよう、献立実施までに、ご家庭で試して頂きますよう、ご協力お願い致します。

★アレルギー児に対しては、アレルギー食物を除去しております。





# 給食だより



認定こども園  
清涼保育園  
2024年度9月号

残暑続いていますが、暦の上では秋になりました。秋は『食欲の秋』とも言われるように、美味しいものがいっぱいです。保育園の給食にもそろそろ秋の食材が登場します。

## 『なめことめかぶのじゃこ和え』 大人2人・子ども2人

- なめこ 72g
- 豆腐 120g
- 刻みめかぶ(生食用) 42g ※味付きの物で構いません。
- しらす干し 30g
- ゆかり 3g

## 今月の献立 pick up ☆

## 梨

たくさんの品種のある梨は、時期ごとに品種が変わり、7月から11月頃まで幅広く楽しむことが出来るのが嬉しいですね。品種によって食感や味わいが違うので、食べ比べて好みの梨を探してみるのも楽しいかもしれません。また、愛知県安城市周辺は梨の産地で、採れたての梨を農家さんから直接購入できる直売所もあります。

**幸水**…歯触りが良く、みずみずしい、甘みが強い

**豊水**…果汁が多くジューシー、甘みが強く、ほどよい酸味もある

**新高**…やわらかく果汁が豊富、風味豊かな甘さ、大きいもので1kgと大玉

★**甘ひびき**…ジューシーでシャリシャリ、大玉で糖度が高い

★**愛知県安城で開発された、近くの産地でしか買えないプレミアム品種です!!**



## お願い

アレルギーの心配があるため、以下の食材については園で初めて口にするという事がないよう、なるべく献立実施までにご家庭で試して頂きますよう、ご協力お願いいたします。

林檎・桃・バナナ・メロン・  
オレンジ・鮭・鯖・胡麻・筍



## 今月の目標

しっかり食べて  
残暑を乗り切ろう!!

## 里芋のマッシュサラダ

炒めた玉葱と鶏肉の旨味が里芋に染みている、子ども達にも人気の副菜です。衣をつけて揚げて、里芋コロッケにするのもいいですね。

## お月見団子

今年は9月17日が十五夜です。園ではお月見団子作りをしたり『芋名月』にちなんだ里芋ごはんが給食にでます。月の満ちかけも楽しみながら、実りに感謝するのもいいかもしれませんね。

## おはぎ

秋のお彼岸の時期には、萩の花にちなんだおはぎを提供します。季節の節目に昔から親しまれてきた和菓子を、子ども達も毎年楽しんでいきます。