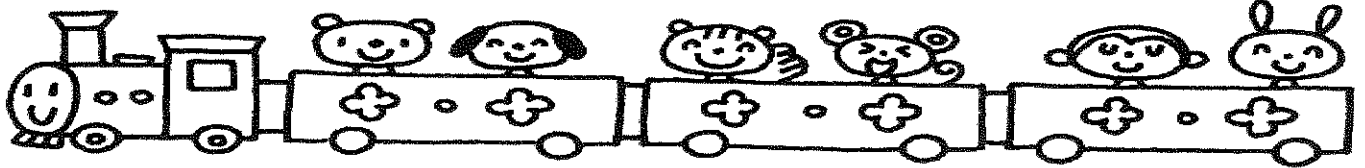




みんな

きらきら

第2屋川なかよし保育園
ちゅーりっぷ・こすもすぐみ
令和5年9月1日 No.6



9月になりました!!

セミの大合唱から、秋の虫が奏でる豊かな音色にバトンタッチする時期。終わりを迎える夏に名残惜しさを感じつつ、秋の始まりにもワクワクしますね。日々の生活の中で子ども達が季節の移り変わりに自ら気づき、感じられる様に保育して参ります。また、朝晩と日中の気温差が大きくなるので、体調管理にも気をつけていきたいと思ひます。

秋の味覚「きのこ」

「きのこ」は倒木や切り株などによく生えていたことから（木の子=きのこ）と言われるようになりました。きのこにはお腹の調子を整える（植物繊維）やカルシウムの吸収を助ける（ビタミンD）が多く含まれています。「きのこソテー」や「きのこ鍋」などを食べて身体を内側からきれいにしましょう。



2023年9月

夕食メニュー

第2屋川なかよし保育園

月	火	水	木	金	土
				1 チャーハン もやしのナムル 玉葱とキャベツのスープ	2 ごはん たらこのコーンマヨ焼き 小松菜の煮浸し 豆腐とさつま芋の味噌汁
4	5 ごはん ほきの和風マリネ いんげんの和え物 わかめと南瓜の味噌汁	6 焼きそば 大根のマヨドレ和え 厚揚げと麩の味噌汁	7 ごはん かれのパン粉焼き 切干大根サラダ 玉葱とキャベツの味噌汁	8 ごはん 鶏肉と根菜の煮物 青菜の磯和え さつま芋としめじの味噌汁	9 ごはん ポークチャップ ひじきサラダ じゃが芋と豆腐のスープ
11	12 ごはん たらこの塩麹焼き 青菜のおかか和え しめじとさつま芋の味噌汁	13 ごはん 豚肉のバーベキューソテー ポテトサラダ ほうれん草と大根のスープ	14 ごはん 鶏肉の唐揚げ 胡瓜の酢の物 南瓜とえのきの味噌汁	15 ごはん さばの塩焼き ほうれん草のお浸し 豆腐と白菜の味噌汁	16 ごはん 豚肉のピーマン炒め いんげんのごま和え うす揚げとわかめの味噌汁
18 敬老の日	19 ごはん 鶏肉のピザ焼き 青のりポテト 小松菜とコーンのスープ	20 醤油ラーメン ブロッコリーの味噌和え バナナ	21 ごはん たらこのムニエル マカロニサラダ キャベツと大根のスープ	22 ハヤシライス 人参サラダ チーズ	23 秋分の日
25 ごはん 肉野菜炒め 春雨の和え物 豆腐とじゃが芋の味噌汁	26 そぼろ丼 ほうれん草のごま和え 厚揚げともやしの味噌汁	27 ごはん かれののおろし煮 竹輪のマヨ醤油炒め 小松菜としめじの味噌汁	28 ごはん 豆腐の肉味噌かけ ブロッコリーのゆかり和え さつま芋と麩のすまし汁	29 ごはん 鶏肉のさっぱり煮 青菜とコーンの炒め物 うす揚げと大根の味噌汁	30 ごはん 豚肉の生姜炒め 白菜の納豆和え 豆腐とわかめの味噌汁