



給食・食育だより

令和7年度9月号 鹿児島みなみ保育園

		午前のおやつ	昼 食	午後のおやつ
1	月	牛乳 あんぱんまんせんべい	揚げ魚のおろし煮 すまし汁 ブロッコリーのごまあえ	牛乳 ★マドレーヌ風
2	火	牛乳 リッツ	豆腐チャンプルー みそ汁	お茶 ★おにぎり（鮭わかめ）
3	水	牛乳 白い風船	ハンバーグのきのこソース ひじきサラダ 野菜スープ	牛乳 ★ジャムサンド
4	木	牛乳 たべっ子どうぶつ	ミートソーススパゲティ コンソメジュリエヌ	牛乳 ★きなこ蒸しパン
5	金	牛乳 プチ薄焼きせんべい	魚のもみじ焼き かきたま汁 切り干し大根の酢の物	牛乳 チーズ ぼたぼた焼き
6	土	牛乳 星たべよ	ブルコギ丼 みそ汁	牛乳 ミニバウム ミニサラダ
7	日	お 休 み		
8	月	牛乳 マリービスケット	魚のみそマヨ焼き すまし汁 春雨の中華風サラダ	牛乳 ★マカロニきなこ
9	火	牛乳 ぱりんこ	干草焼き みそ汁 ごまマヨサラダ	牛乳 ★マフィン
10	水	牛乳 ビスコ	クリームシチュー ♡ブロッコリーとツナのサラダ	牛乳 バナナ サラダせん
11	木	牛乳 ベジたべる	♡鮭とポテトのカレー揚げ ほうれん草のお浸し すまし汁	お茶 ヨーグルト リッツ
12	金	牛乳 ミニサラダ	チンジャオロースー スーミータン	牛乳 ★ピザトースト
13	土	牛乳 ★保護者会 あんぱんまんせんべい	パン2種 野菜ジュース	牛乳 源氏パイ ぱりんこ
14	日	お 休 み		
15	月	敬 老 の 日		

◎午前のおやつは3歳未満児だけです ★は手作りおやつです ♡はリクエストメニューです

ハンバーグのきのこソース（大人2人分）		
ハンバーグ……………2個 玉ねぎスライス……………1/8個 マッシュルーム缶……………20g しめじ……………1/4株 えのき……………1/4株 マーガリン……………大さじ1/2	トマトピューレ……………大さじ2 ケチャップ……………大さじ2 砂糖……………小さじ2/3 ウスターソース……………少々 コンソメ顆粒……………少々 濃口醤油……………少々	ハンバーグの作り方は省略します。 1. 玉ねぎ、きのこ類は薄くスライスし、1cm長さ にカットする。 2. 玉ねぎときのこ類をマーガリンで炒め、調味料 を加えて煮る 3. 焼いたハンバーグにきのこソースをかける

		午前のおやつ	昼 食	午後のおやつ
16	火	牛乳 リッツ	とんかつ みそ汁 コールスローサラダ	牛乳 ★手作りパン（ごまチーズ）
17	水	牛乳 白い風船	魚の磯辺焼き すまし汁 ひじきの炒め煮	牛乳 ★小松菜ケーキ
18	木	牛乳 たべっ子どうぶつ	♡ミートボールのケチャップ煮 マカロニサラダ みそ汁	牛乳 ★ミニ肉まん
19	金	牛乳 プチ薄焼きせんべい	魚のチーズ焼き きのことスープ 小松菜ともやしのナムル	お茶 ★おにぎり（ごま塩）
20	土	牛乳 星たべよ	あぶ玉丼 キャベツとブロッコリーのおかかあえ	お茶 アイスクリーム
21	日	お 休 み		
22	月	牛乳 マリービスケット	塩ラーメン ♡はんぺんフライ	牛乳 ★お麴ラスク
23	火	秋 分 の 日		
24	水	牛乳 ぱりんこ	鶏のマーマレード焼き フレンチサラダ ほうれん草のスープ	お茶 ★チーズ蒸しパン
25	木	牛乳 誕生会 ビスコ	きのこのごはん 魚の竜田揚げ すまし汁 ブロッコリーとじゃが芋のサラダ ミニゼリー	牛乳 ★ケーキ
26	金	牛乳 ベジたべる	ハヤシライス 三色ナムル	牛乳 ★フルーツポンチ
27	土	牛乳 ミニサラダ	愛 情 弁 当	牛乳 豆乳プリン ぱりんこ
28	日	お 休 み		
29	月	牛乳 あんぱんまんせんべい	ぎょうざ わかめスープ バンバンジー風サラダ	お茶 ★おにぎり（ひじき）
30	火	牛乳 リッツ	炒り鶏 味噌汁	牛乳 ★シュガートースト

【安全でおいしいお弁当作りのポイント】

毎月の愛情弁当へのご協力をありがとうございます。お弁当の日子どもたちは、「〇〇が入ってるよ」「おいしい！」ととても嬉しそうです。まだまだ暑い日が続きますので、食中毒にならないお弁当作りを心がけましょう。

- ・手をきれいに洗う
- ・お弁当箱は清潔に
- ・しっかり中心部まで加熱する
- ・作り置きを詰める際は、必ず再加熱する
- ・おかずの汁気はよく切る

- ・生野菜や果物は水気をよく切り、できれば別容器に入れる
- ・しっかり冷ましてから詰める
- ・加熱済みの食品を素手で触らない

⚠️ 必ず保冷剤と一緒に入れていただくよう、お願いいたします ⚠️

