きゅうしょくだより

第二ルンビニ園
令和2年9月1日

＜今月の目標＞
体のリズムを整えましょう。

暦の上では立秋を迎えましたが、まだまだ暑い日が続いています。
園では暑さに負けず、毎日の食事がおいしく食べれるよう工夫しています。
また年度の後半にむけ成長著しい子どもたちの食事の「量」「与え方」を再確認し良い生活習慣・食習慣の確立に努めたいと思います。

今月は、「山賊焼き」で長野県を旅します。
毎日、プールや外遊び等で体を思い切り動かし、子どもたちは食欲旺盛です♪♪

＜今月の行事＞
１９日（土）・・・運動会
２５日（金）・・・お誕生会

＜今月の手作りおやつ＞
☆胡麻ラスク　☆牛乳寒天　☆ホイップサンド　☆ごぼうチップス
☆ぶどうムース　☆バター醤油コーンおにぎり　☆チーズいももち

＜今月の手作りおやつから＞

チーズいももち

材料（８個分）

じゃがいも・・中サイズ３個
ピザ用チーズ・・４０ｇ
片栗粉・・大さじ３
マヨネーズ
塩・・少々
砂糖・・少々
サラダ油・・適量

☆濃口醤油・・大さじ３
☆砂糖・・大さじ４
☆片栗粉・・大さじ２
☆水・・少々

作り方

①じゃがいもは一口サイズに切り水から茹で、真ん中に箸がスッと通るくらいの柔らかさになったらざるにあげ、水気を切る。
②じゃがいもとチーズをボールに入れ、ヘラなどでよく混ぜ合わせる。
③残りの調味料を加えよく混ぜる。水っぽく感じるようであれば片栗粉を少量足す。
③厚さ１cmの丸型にする。
④フライパンに油を多めにひき強めの中火でこんがりと焼く。
⑤☆を混ぜ合わせ鍋にかけみたらしあんをつくる。完成したいも

日	曜	りす・うさぎ・ちゅうりっぷ・ひまわり・ゆり 昼食献立		延長保育（軽食）
1	火	クロワッサン・ミネストローネ・きのこのフジリ・茹で卵		おにぎり・お茶 フルーツ
2	水	ハッシュドビーフ・シーザーサラダ・ごぼうの唐揚げ・スープ		おにぎり・お茶 フルーツ
3	木	深川めし・竹輪の磯辺揚げ・ツナ和え・味噌汁		おにぎり・お茶 フルーツ
4	金	ゆかりご飯・焼き鯖のおろしあん・ぜんまいの炒め煮・すまし汁		おにぎり・お茶 フルーツ
5	土	具沢山そうめん・ヨーグルト・フルーツ		パン・野菜ジュース
7	月	のりご飯・豚肉の生姜焼き・カミカミサラダ・味噌汁		おにぎり・お茶 フルーツ
8	火	カレーうどん・トマトサラダ・煮豆・チーズ		おにぎり・お茶 フルーツ
9	水	ひじきご飯・赤魚の西京焼き・小松菜の胡麻和え・味噌汁		おにぎり・お茶 フルーツ
10	木	ふりかけご飯・おからバーグ・野菜炒め・味噌汁		おにぎり・お茶 フルーツ
11	金	モロヘイヤご飯・山賊焼き・野菜のおかか和え・味噌汁		おにぎり・お茶 フルーツ
12	土	たぬきうどん・ブロッコリーのおかか和え・フルーツ		パン・野菜ジュース
14	月	ご飯・肉じゃがカレー風味・ワカメの酢の物 白魚の佃煮・味噌汁		おにぎり・お茶 フルーツ
15	火	塩バターパン・鮭のタルタルソース・チャプチェ・スープ		おにぎり・お茶 フルーツ
16	水	ご飯・麻婆春雨・即席漬け・味噌汁		おにぎり・お茶 フルーツ
17	木	納豆ご飯・イカメンチ・金平ごぼう・味噌汁		おにぎり・お茶 フルーツ
18	金	秋野菜のカレーライス・芋煮・フルーツヨーグルト		おにぎり・お茶 フルーツ
19	土	ひよこ＆りす ポパイうどん・南瓜の甘煮・フルーツ	うさぎ＆以上児 運動会	パン・野菜ジュース
23	水	タラコスパゲティ・コロコロサラダ・春巻き・スープ		おにぎり・お茶 フルーツ
24	木	ごまご飯・スズキのマリネ・野菜の岩のり和え・味噌汁		おにぎり・お茶 フルーツ
25	金	お誕生会	三色ご飯 エビフライ	おにぎり・お茶 フルーツ
26	土	稲庭うどん・フライドおさつ・フルーツ		パン・野菜ジュース
28	月	鮭ご飯・高野豆腐の揚げ出し キャベツのピーナッツ和え・味噌汁		おにぎり・お茶 フルーツ
29	火	わかめご飯・コロッケ・野菜のみぞれ和え・味噌汁		おにぎり・お茶 フルーツ
30	水	中華丼・パンプキンポテトサラダ・厚焼卵・スープ		おにぎり・お茶 フルーツ