



9がつのこんだて



「十五夜にまつわるお供え物」

日本では旧暦の8月15日の夜を『十五夜』と呼んでいます。毎年十五夜の日が異なるのはなぜでしょうか？旧暦は月の満ち欠けを、新暦では太陽の動きを基準にしています。その基準が異なるため毎年変動し、実際には9月～10月の上旬に十五夜(旧暦8月15日)が来るとされています。また、十五夜は別名「中秋の名月」とも呼ばれています。今年の十五夜は9月10日(土)です。

『十五夜』には、お団子と秋に収穫される農作物やススキを供える風習があります。それぞれの由来についてご紹介します。

【お月見団子】

十五夜ではお団子を月に見立て、収穫への感謝を祝うとともに健康や幸せを祈ります。



【芋や栗などの農作物】

十五夜は別名「芋名月」とも呼ばれ、芋や栗、ぶどうなどの秋に収穫されたばかりの農作物をお供えし、収穫に感謝します。



【ススキ】

ススキはまだ実っていない稲穂に見立ててお供えするといわれています。また、魔除けの意味もあり翌年の豊作を願って飾ります。



今月の旬の食材…モロヘイヤ、オクラ、冬瓜、しそ、さつま芋、里芋、椎茸、しめじ、ぎんなん、なめこ、パイナップル、栗、桃、巨峰、柿、いちじく、イワシカツオ、サンマ、サケ

日	曜日	給食	おやつ	主な材料			補ってほしい食品
				力のもと 糖質・脂質	血や肉を造る たんぱく質	体の調子を整える ビタミン・ミネラル	
15	木	ごはん 魚の西京焼き 三色サラダ すまし汁(玉葱・しめじ) 果物	きなこウエハース そうめん 牛乳	精白米、そうめん	鮭、ハム 牛乳	人参、きゅうり、コーン、玉葱 しめじ、ミニトマト、果物	芋類
16	金	ごはん 鶏つくね照り焼き 人参サラダ 具だくさん味噌汁(大根・油揚げ・なす・えのき・里芋) 果物	紫いもチップ クリームチーズトースト 牛乳	精白米、ごま 里芋、食パン、バター	鶏挽き肉、油揚げ クリームチーズ 牛乳	玉葱、人参、もやし、大根 なす、えのき、果物	緑黄色 野菜
17	土	ツナチャーハン わかめサラダ 春雨スープ(春雨・きくらげ・人参) パイン缶	赤ちゃんせんべい カップケーキ 牛乳	精白米、春雨	ツナ ハム、牛乳	玉葱、人参、椎茸、わかめ きゅうり、きくらげ、パイン缶	芋類
5	月	豚丼 さつま芋の甘煮 味噌汁(キャベツ・えのき) 果物	サクッとあられ ヨーグルトコーンフレーク 牛乳	精白米、さつま芋 コーンフレーク	豚肉 ヨーグルト、牛乳	人参、玉葱、椎茸、筍、絹さや キャベツ、えのき フルーツ缶、果物	豆類
6	火	ぶどうパン 魚のフレーク焼き コールスロー 大根スープ(大根・ベーコン) 果物	畑の-snack わかめおにぎり 牛乳	ぶどうパン、小麦粉 コーンフレーク 精白米	カジキ、ベーコン 牛乳	キャベツ、人参、コーン 大根、わかめ、果物	きのこ 類
7	水	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き ネバネバサラダ 味噌汁(なす・生揚げ) 果物	カリポテスナック 黒糖蒸しパン&プルーン 牛乳	精白米、ジャム ホットケーキミックス	鶏肉、ひきわり納豆 かつお節、生揚げ 豆乳、牛乳	おくら、モロヘイヤ、人参 なす、プルーン、果物	淡色 野菜
8	木	ごはん 魚の煮つけ ひじきのごまマヨサラダ 味噌汁(冬瓜・えのき) 果物	えびまるせん たぬきうどん 牛乳	精白米、ごま マヨドレ、うどん 揚げ玉	カジキ、かまぼこ 牛乳	ひじき、人参、きゅうり コーン、冬瓜、えのき わかめ、果物	豆類
9	金	《お月見メニュー》 おいもごはん お月見ハンバーグ ほうれん草の磯和え すまし汁(麩・玉葱・わかめ) 果物	おこめのすなっく お月見まんじゅう 牛乳	精白米、さつま芋、ごま パン粉、麩、米粉 あんこ	豚挽き肉、木綿豆腐 卵、牛乳	人参、玉葱、ほうれん草 もやし、海苔、わかめ、果物	きのこ 類
10	土	焼うどん さつま芋サラダ チーズ すまし汁(豆腐・えのき) みかん缶	動物ビスケット 豆乳どーなっつ 牛乳	うどん、さつま芋 マヨドレ	豚肉、ハム チーズ 絹ごし豆腐、牛乳	キャベツ、人参、もやし きゅうり、えのき、みかん缶	緑黄色 野菜
12	月	チキンカレー 豆菜サラダ きのこスープ(えのき・しめじ・椎茸) 果物	野菜スティック オレンジゼリー 牛乳	精白米、じゃが芋	鶏肉、ベーコン 大豆、牛乳	玉葱、人参、小松菜、コーン 椎茸、えのき、しめじ、パセリ みかん缶、オレンジジュース 果物	海藻類
13	火	ジャムパン(いちご・りんご) ミートポテトグラタン ブロッコリーときのこのサラダ オニオンスープ 果物	ソフトせんべい 五平餅 牛乳	食パン、ジャム じゃが芋、精白米 もち米、ごま	豚挽き肉、チーズ 牛乳	玉葱、人参、ピーマン、トマト缶 えのき、しめじ、ブロッコリー パセリ、果物	淡色 野菜
14	水	ごはん マーボー豆腐 春雨サラダ 中華スープ(チンゲン菜・人参・椎茸) 果物	赤ちゃんせんべい スコーン(いちごジャム添え) 牛乳	精白米、春雨 ホットケーキミックス ジャム	豚挽き肉、木綿豆腐 ハム、豆乳、牛乳	葱、にら、生姜、きゅうり 人参、椎茸、チンゲン菜、果物	芋類
28	水	《誕生会メニュー》 サンドイッチ(ツナマヨ・たまご) チキンソテー 大根サラダ コンソメスープ(玉葱・えのき・ベーコン) 果物	赤ちゃんせんべい どら焼き 牛乳	サンドイッチパン マヨドレ ごま、あんこ ホットケーキミックス	ツナ、卵、鶏肉 ハム、ベーコン 豆乳、牛乳	大根、きゅうり、玉葱 えのき、果物	緑黄色 野菜

は、1・2歳児の午前のおやつです。(＋牛乳100cc)

☆給食・おやつの平均栄養所要量は次のとおりです。

・3歳未満児 エネルギー:510kcal・たんぱく質:20.4g・脂質:15.3g・カルシウム:193mg・鉄:1.7mg・食塩:1.7g

・3歳以上児 エネルギー:570kcal・たんぱく質:22.8g・脂質:17.1g・カルシウム:213mg・鉄:1.8mg・食塩:1.8g

☆仕入れの状況により多少の材料変更がある場合があります。



延長保育補食献立表

曜日	献立	種類
月	ビスケット	ミルクスティック、野菜スティック、動物ビスケット 胚芽スティック、胚芽ビスケット、英字ビスケット 等
火	カステラ	おやつカステラ、カップケーキ 豆乳どーナッツ、ハニードーナッツ、バウムクーヘン 等
水	せんべい	ソフトせんべい、赤ちゃんせんべい、ねじりん棒 えびまるせん、ひじきあられ、サクッとあられ 等
木	ビスケット	ミルクスティック、野菜スティック、動物ビスケット 胚芽スティック、胚芽ビスケット、英字ビスケット 等
金	スナック	野菜スナック、おこめのすなっく、紫いもチップ 畑のスナック、カリポテスナック 等

+麦茶(100~150mL)