＊　10月生まれのお友達お誕生日おめでとう！！
今月のお誕生日会は　15　日です。

日	曜	献立	10時のおやつ	3時のおやつ
1	木	肉じゃが・きゅうりと麩の酢の物・冷奴	果物	スモア
2	金	八宝菜・にら玉スープ	菓子	人参ケーキ
3	土	運動会準備	菓子	
4	日	運動会（お土産）		
5	月	ビーフシチュー・カムカムサラダ・果物	菓子	菓子
6	火	豚カツ・温野菜・味噌汁	菓子	バナナ
7	水	バンバンジー・ひじき炒め・納豆	菓子	お好み焼き
8	木	鮭の塩焼き・煮なます・豆腐汁	果物	ほうれん草スコーン
9	金	松風焼き・サラダ・味噌汁	菓子	うどん汁
10	土	運動会代休		
13	火	カレー汁・もやしときゅうりのナムル・果物	魚肉ソーセージ	菓子
14	水	和風スパ・レバニラ・納豆	菓子	いりこ・菓子
⑮	木	混ぜご飯・ボロナカツ・サラダ・味噌汁・ゼリー	果物	キャラメルケーキ
16	金	酢豚・中華スープ	菓子	おにぎり
17	土	愛児弁当	菓子	菓子
19	月	クリームシチュー・ビーンズサラダ・果物	菓子	菓子
20	火	魚の竜田揚げ・温野菜・味噌汁	菓子	パイン蒸しパン
21	水	肉みそうどん・胡麻和え・納豆	果物	天平
22	木	筑前煮・海藻サラダ	菓子	クレープトッピング
23	金	鶏と春雨の中華炒め・きのこスープ（年長組キャンプ）	菓子	マカロニ黄粉
24	土	愛児弁当	菓子	菓子
26	月	マーボ豆腐・小松菜サラダ・果物	菓子	菓子
27	火	鶏のレモン煮・温野菜・味噌汁	魚肉ソーセージ	チーズ・菓子
28	水	冷やし中華・大根のそぼろあん・納豆	菓子	ヨーグルト
29	木	炒り豆腐・春雨サラダ	果物	水ようかん
30	金	鶏の唐揚げ・卵焼き・煮物　（芋掘り遠足）	菓子	焼き芋
31	土	愛児弁当	菓子	菓子

暑さも落ち着き、過ごしやすい日が多くなってきました。いよいよ実りの 秋がやってきます。秋は1年を通して1番食べ物がおいしい季節です。
子どもの頃から食べ物の旬を知り多くの食材に触れる機会を作ることは
豊かな感性や味覚形成にとって重要です。
毎日の食卓に旬の食材を取り入れて、楽しい時間を過ごしましょう。