

令和7年度 9月 食育支援計画

日付		対象	時 間	食育テーマ/献立	ねらい	担当者
9月1日	(月)	白組	11:30～ 12:30	「秋が旬の魚」を知る ご飯 鮭のタルタルフライ 筑前煮 ほうれん草のすまし汁 バナナ	秋を代表する魚を知り、特徴などについて知る。	栄養士 濱田
9月2日	(火)	青組	11:30～ 12:30	「秋が旬の魚」を知る わかめご飯 鯖の味噌煮 里芋ポテサラ キャベツとトマトのスープ キウイフルーツ	秋を代表する魚を知り、特徴などについて知る。	栄養士 田川
9月3日	(水)	白組	14:00～ 14:30	バランスよく食べよう	食べ物の栄養素の働きを「赤」「黄」「緑」の3種類に分類し、それぞれの役割について知る。3色をバランスよく食べることで、栄養バランスの整った食事になることを学ぶ。	栄養士 浜田 田川
9月5日	(金)	黄組	11:30～ 12:30	「秋が旬の魚」を知る ロールパン オレンジ サンマのレモンバタームニエル 人参とリンゴサラダ アルプス風スープ	秋を代表する魚を知り、特徴などについて知る。	調理員 藤本
9月8日	(月)	白組	11:30～ 12:30	「きのこ」を知る ご飯 まぐろの竜田揚げ ほうれん草の白和え きのこスープ グレープフルーツ	きのこの形や色などを観察したり、実際に香りをかいで、手触りの違いを体験し食材への興味や関心を高める。	調理員 藤本
9月9日	(火)	青組	11:30～ 12:30	「きのこ」を知る 塩焼きそば 蒸しどりサラダ 豆腐ときこののみそ汁 バナナ	きのこの形や色などを観察したり、実際に香りをかいで、手触りの違いを体験し食材への興味や関心を高める。	栄養士 濱田
9月10日	(水)	青組	14:00～ 14:30	バランスよく食べよう	食べ物の栄養素の働きを「赤」「黄」「緑」の3種類に分類し、それぞれの役割について知る。3色をバランスよく食べることで、栄養バランスの整った食事になることを学ぶ。	栄養士 浜田 田川
9月12日	(金)	黄組	11:30～ 12:30	「きのこ」を知る ご飯 鶏肉と秋野菜のきのこ炒め 大根サラダ なすのみそ汁 バナナ	きのこの形や色などを観察したり、実際に香りをかいで、手触りの違いを体験し食材への興味や関心を高める。	調理員 藤本
9月16日	(火)	青組	11:30～ 12:30	「秋の果物の柿」を知る ご飯 とり天 切干大根の煮付 南瓜ときこの豚汁 柿	柿の色や味などの特徴について知る。	栄養士 濱田
9月17日	(水)	黄組	14:00～ 14:30	バランスよく食べよう	食べ物の栄養素の働きを「赤」「黄」「緑」の3種類に分類し、それぞれの役割について知る。3色をバランスよく食べることで、栄養バランスの整った食事になることを学ぶ。	栄養士 浜田 田川
9月19日	(金)	黄組	11:30～ 12:30	「お月見の献立」を知る ご飯 うさぎさんハンバーグ 目玉焼き さつま芋サラダ つみれ汁 グレープフルーツ	お月見の日に食べる習慣がある料理を知る。	栄養士 田川
9月22日	(月)	白組	11:30～ 12:30	「秋の果物の柿」を知る ご飯 さんまの生姜煮 けんちん汁 南瓜とベーコンサラダ 柿	柿の色や味などの特徴について知る。	栄養士 田川
9月24日	(水)	赤組	11:15～ 12:00	食事の様子を確認・援助	食事への興味・関心、姿勢や食べ方、食事の量や形態などの食習慣の進み具合を確認する。	栄養士 田川
9月26日	(金)	黄組	11:30～ 12:30	「秋の果物の柿」を知る パン バーベキューポーク マッシュポテト オニオンスープ 柿	柿の色や味などの特徴について知る。	調理員 藤本
9月29日	(月)	白組	11:30～ 12:30	「たまご」を知る ご飯 豚肉と里芋の照焼 かきたまスープ きのこ小松菜のツナサラダ バナナ	たまごの形や栄養、特徴について知る。	栄養士 濱田
9月30日	(火)	青組	11:30～ 12:30	「秋の北海道の食材」を知る ご飯 秋鮭のちゃんちゃん焼き 石狩汁 とうもろこしと枝豆のサラダ オレンジ	北海道の食に関わる色々な情報を知り、学んだことを人に伝えたい気持ちを持つ。	栄養士 田川