

令和8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	火	青組	11:30~ 12:30	韓国の料理を知る ご飯 チーズタッカルビ クッパ風スープ ジャキジャキもやしナムル オレンジ	韓国の色々な料理を知る 	栄養士 濱田
9月2日	水	赤組	11:15~ 12:00	食事の様子の確認, 支援	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し、摂食を支援します。 	栄養士 田川
9月4日	金	黄組	11:30~ 12:30	佐賀県の料理を知る シシリアンライス うったち汁 じゃこ入り和風サラダ オレンジ	佐賀県の代表的な料理を知る シシリアンライス: 佐賀市で誕生! ごはんの上に炒めた肉と野菜を盛り合わせます。	栄養士 濱田
9月7日	月	白組	14:00~ 14:30	《クッキング》 ～お月見だんご作り～  ※クッキングで使用する エプロン, マスク, 帽子は 保育園で用意します。	日本の伝統行事である十五夜（旧暦の8月15日）のお月見の行事に触れて、だんごを作って、ススキを飾って、秋への親しみを深めます。 白玉粉と豆腐を手のひらでこねて大きさを揃えて、丸めるなど、手と指先を上手く使って、だんごの作り方を知り、経験します。 	栄養士 濱田 田川
9月9日	水	青組	14:00~ 14:30			栄養士 濱田 田川
9月10日	木	黄組	14:00~ 14:30			栄養士 濱田 田川
9月14日	月	白組	11:30~ 12:30	お彼岸に食べるおはぎについて 鮭ときのこのクリームパスタ とうもろこしサラダ ポテトコンソメスープ グレープフルーツ	秋のお彼岸には「おはぎ」を作って食べる習慣を知ります。 おはぎは、秋に収穫された小豆を使って作ります。作ったおはぎは、仏壇などにお供えて、先祖を敬い感謝する仏教の行事であることも知り、季節の行事と食べ物とのつながりに興味を深めています。 （春のお彼岸では、ボタンの花にちなんで「ぼた餅」と呼びます。） 	栄養士 田川
9月15日	火	青組	11:30~ 12:30	お彼岸に食べるおはぎについて ごはん サクサクささみチーズフライ 柿 蒸ブロッコリー 大根かにかまのサラダ かき卵汁		栄養士 濱田
9月18日	金	黄組	11:30~ 12:30	お彼岸に食べるおはぎについて お月見ハンバーグカレー りんご ほうれん草サラダ コンソメスープ		栄養士 田川
9月25日	金	黄組	11:30~ 12:30	秋野菜の特徴を知る 十和田バラ焼丼 たら汁 ほくほくかぼちゃの煮物 りんご	秋が旬の野菜を知っていきます。 秋の野菜は、夏を越えて、甘みやうま味が増し、栄養が豊富なことや、かぼちゃやさつまいもなど、ホクホクとした食感が特徴であることを知り、色鮮やかな食べ物に興味、関心を抱かせていきます。 	栄養士 濱田
9月28日	月	白組	11:30~ 12:30	秋野菜の特徴を知る 食パン ポルシチ キエフ風チキン 野菜とハムのサラダ キウイフルーツ		栄養士 田川
9月29日	火	青組	11:30~ 12:30	秋野菜の特徴を知る ご飯 豚肉ときのこの塩麹炒め にんじんサラダ さつまいもと小松菜のみそ汁 パナナ		栄養士 濱田
9月30日	水	桃組	11:15~ 12:00	食事の様子の確認, 支援	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し、摂食を支援します。 	栄養士 濱田