

9月の給食献立予定表 大野保育園

令和6年 8月30日
担当 井上さとみ 澤田茉莉 大田希

夏も終わり涼しくなってきましたがまだ、まだ暑い日が続きます。熱中症・食中毒など出さないように衛生管理には、十分気をつけ美味しい給食を作っています。どんなに元気そうなお子でも夏バテの影響が残っているようです。毎日元気に過ごすには、3食をしっかり食べて、生活リズムを整えることが大切です。



9月1日は、防災の日です

災害はいつ起きるかわかりません。普段から災害が起きた時のことを想定して対策をしておくことがいいと思います。保育園では、毎月災害訓練を実施し訓練を行っています。

もしもの時のために食糧など備蓄していますか？これを機に家族で備蓄するものを決めたりするといいいですね。

●防災情報発令時の対応基準について●

- 大野保育園で基準を設けていますので、ご確認をお願いします。
- 登園後...警戒レベル4が発令されるのが確実な場合、また、警戒レベル4が発令された場合は、速やかなお迎えをお願いします。
- 登園前...警戒レベル4が発令されるのが確実な場合、また、警戒レベル4が発令された場合は、登園自粛の上、命を守る行動をとってください。
- 休園する場合は、その都度安心メールでお知らせします。

・大野保育園では3.4.5歳の以上児さんは株式会社ヤマチクさんのスズ姫着を使用していますので着はりません。白ご飯のお弁当のみ持ってきてください。
・誕生会の日は完全給食なので3.4.5歳の以上児さんは白ご飯はりません。
・●印は自然食品です。
・「菌ちゃんげんきっこ」ふりかけを使っています。

砂糖(糖分)について

子どもは膵臓(インスリンを出す)の機能も未熟なため負担をかけるためにも糖分の摂り方には注意が必要です。
1日の目安として、1歳~3g、1歳半~2歳5g、3歳~10gです。
※インスリン(血糖値を下げるホルモン)は一生に出る量が決まっているため、子どもの時から無駄遣いをしないように気をつけましょう。100%果汁のフルーツジュースにも、砂糖入り飲料と同じくらいの糖分が含まれています。

＜9月行事予定＞

・20日(金) 誕生会は完全給食です。3.4.5歳児は、ご飯はいりません。

＜9月生まれのお友達＞

・9月10日(火) 中川せなさん
・9月15日(日) 飯田きよたださん (9月13日(金)にリクエストメニューです)

日	曜	行事	未満児おやつ	副食	材料名	おやつ	おやつの材料名
1	日						
2	月	防災訓練(ニシケイ)	バナナ	サバの塩焼き 小松菜の炒め物 豆乳味噌汁 一食納豆	サバ・酒・塩、小松菜・人参・コンソメ、豆乳・油揚げ・玉ねぎ・しめじ・じゃが芋・長ねぎ・だし用かつお節・味噌・菌ちゃんふりかけ、ひきわり納豆・納豆のタレ	じゃこわかめおにぎり お茶	米・ちりめんじゃこ・すりごま・混ぜ込みわかめ、麦茶パック
3	火		人参スティック	豚肉と高野豆腐のひじき煮 トマトサラダ えのきの味噌汁	豚こま・高野豆腐・玉ねぎ・人参・干し椎茸・ひじき・ニラ・砂糖・醤油、トマト・きゅうり・レタス・すりごま・砂糖・醤油、えのき・油あげ・豆苗・だし用いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	さつまいもきな粉 牛乳	さつまいも・きな粉・砂糖、牛乳
4	水		リンゴ	油淋鶏 塩キャベツ 空心菜味噌汁	鶏肉・酒・醤油・片栗粉・揚げ油・長ねぎ・玉ねぎ・ニンニク・生姜・醤油・酢・砂糖・ごま油、キャベツ・豆苗・塩、空心菜・油あげ・しめじ・味噌・菌ちゃんふりかけ	ポパイブリッツ 牛乳	薄力粉・ほうれん草・すりごま・砂糖、牛乳
5	木		焼きかぼちゃ	蓮根松風焼き 人参スティック 切干大根の煮物 わかめ味噌汁	鶏ひき肉・豚ひき肉・鶏レバー・蓮根・玉ねぎ・人参・椎茸・すりごま、人参・塩、切干大根・天ぷら・しめじ・ニラ・砂糖・醤油、わかめ・玉ねぎ・だし用いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	ジャムサンド 牛乳	食パン・イチゴジャム・ブルーベリージャム、牛乳
6	金		ゆでじゃが芋	鶏肉と根菜のごま煮 イワシつみれ汁 オレンジ	鶏肉・人参・蓮根・ごぼう・干し椎茸・すりごま・砂糖・醤油・いんげん、イワシすり身・油あげ・玉ねぎ・しめじ・ニラ・だし用いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ・オレンジ	お好み焼き お茶	豚肉・薄力粉・キャベツ・もやし・山芋・かつお粉・お好みソース・カツオパック・青のり、麦茶パック
7	土		おととと	肉うどん バナナ	豚肉・うどん麺・玉ねぎ・椎茸・かまぼこ・だし用かつお節・砂糖・醤油、バナナ	ツナ昆布おにぎり お茶	米・ツナ・塩昆布、麦茶パック
8	日						
9	月	身体測定週間	ゆでさつまいも	麻婆豆腐 中華スープ もやしと小松菜のナムル	豚ひき肉・ニンニク・生姜・豆腐・玉ねぎ・人参・椎茸・ニラ・赤味噌・ごま油・片栗粉、玉ねぎ・人参・しめじ・中華あじ、もやし・小松菜・空心菜・すりごま・砂糖・醤油・ごま油	ピザ風トースト 牛乳	食パン・ウインナー・玉ねぎ・ピーマン・ケチャップ、牛乳
10	火	・中川せなさんリクエストメニュー ・絵本の日 ・礼拝(年長児)	●おこめせん にんじん&かぼちゃ味	ポークカレー ささみときゅうりの酢味噌和え	豚肉・玉ねぎ・人参・しめじ・じゃが芋・パモンドカレー(いり組はカレーの王子様)、鶏ささみ・きゅうり・すりごま・酢・味噌・砂糖・淡口醤油	野菜チップ 牛乳	サツマイモ・れんこん・揚げ油・塩、牛乳
11	水		きゅうりスティック	肉野菜炒め わかめの味噌汁 かぼちゃのそぼろ煮 ぶどう	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・椎茸・ニラ・中華あじ、わかめ・油あげ・だし用いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ、鶏ひき肉・かぼちゃ・いんげん・砂糖・醤油、ぶどう	みかんサイダーゼリー お茶	みかん缶・寒天パパみかん味、麦茶パック
12	木		人参スティック	鶏肉の照り焼き 塩キャベツ もやしと空心菜スープ オクラ納豆	鶏肉・砂糖・醤油、キャベツ・塩、もやし・空心菜・かまぼこ・玉ねぎ・人参・椎茸・鶏がらスープ・塩、オクラ・ひきわり納豆・納豆のタレ	きな粉蒸しパン 牛乳	薄力粉・ベーキングパウダー・砂糖・きな粉・豆乳、牛乳
13	金	飯田きよたださんリクエストメニュー	食パン	魚ロquette かぼちゃ焼き ツナとじゃこのサラダ 豆腐の味噌汁	イワシすり身・玉ねぎ・人参・ごぼう・ひじき・干し椎茸・ニラ・生姜・パン粉・揚げ油、かぼちゃ、ツナ缶・ちりめんじゃこ・かまぼこ・レタス・きゅうり・砂糖・醤油・塩、豆腐・油あげ・だし用いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	のりまきおにぎり たくあん お茶	米・塩・のり、たくあん、麦茶パック
14	土		動物ビスケット	ちりめんひじきご飯 じゃが芋の味噌汁	米・ちりめんじゃこ・ひじき・油揚げ・人参・しめじ・いんげん・砂糖・醤油、じゃが芋・玉ねぎ・だし用いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	ホットケーキ お茶	薄力粉・ベーキングパウダー・砂糖、麦茶パック
15	日						
16	月	敬老の日					
17	火		トマト	筑前煮 のり納豆 豆腐とえのきの味噌汁	鶏肉・椎茸・蓮根・ごぼう・人参・じゃが芋・いんげん・砂糖・醤油、刻みのり・ひきわり納豆・納豆のタレ、豆腐・えのき・玉ねぎ・長ねぎ・だし用いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	ごま昆布おにぎり お茶	米・すりごま・塩昆布、麦茶パック
18	水		バナナ	ホキのちゃんちゃん焼き 春雨サラダ 空心菜すまし汁	ホキ・酒・塩・キャベツ・人参・しめじ・ピーマン・味噌・醤油、ローズハム・春雨・レタス・きゅうり・酢・砂糖・淡口醤油・塩、空心菜・玉ねぎ・だし用かつお節・淡口醤油・塩	うどんかりんとう 牛乳	うどん麺・薄力粉・揚げ油、牛乳
19	木		きゅうりスティック	豚肉とじゃが芋味噌煮 わかめスープ キャベツのごま和え	豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・椎茸・小松菜・味噌・醤油、わかめ・豆苗・鶏がらスープ・塩、キャベツ・かまぼこ・きゅうり・すりごま・砂糖・醤油	豆乳わらび餅 お茶	豆乳・砂糖・片栗粉・きな粉・砂糖、麦茶パック
20	金	誕生会	●ふわふわチップ じゃが芋味	ごま塩ご飯 手羽中の甘酢煮 梨 さつまいもサラダ 豆腐の味噌汁	米・すりごま・塩、手羽中・酒・塩・酢・砂糖・醤油、梨、ツナ・さつまいも・人参・きゅうり・コンソメ、豆腐・油あげ・味噌・菌ちゃんふりかけ	誕生会ケーキ 牛乳	アニヴェルセルのケーキ、アレルギー除去：薄力粉・砂糖・ベーキングパウダー・豆乳生クリーム・バナナ、牛乳
21	土		人参スティック	焼きビーフン オニオンスープ	ビーフン麺・豚こま・キャベツ・人参・ピーマン・椎茸・鶏がらスープ、玉ねぎ・人参・中華あじ	ゆかりおにぎり お茶	米・ゆかり、麦茶パック
22	日	秋分の日					
23	月	振替休日					
24	火	絵本の日	きゅうりスティック	チャプチェ オニオンスープ キャベツのおかか酢和え バナナ	牛肉・春雨・玉ねぎ・人参・椎茸・ピーマン・赤パプリカ・黄色パプリカ・砂糖・醤油・ごま油・すりごま、玉ねぎ・豆苗・コンソメ、キャベツ・きゅうり・かまぼこ・カツオパック・酢・砂糖・淡口醤油・塩	サバごまおにぎり お茶	米・サバ・塩・すりごま・小松菜、麦茶パック
25	水		食パン	ホキのカレー焼き もやし炒め きのこサラダ 大根味噌汁	ホキ・酒・塩・カレー粉、もやし・豆苗・コンソメ、エリンギ・えのき・しめじ・レタス・きゅうり・人参・すりごま・砂糖・醤油、大根・油あげ・味噌・菌ちゃんふりかけ	ふかし芋 牛乳	さつまいも・塩、牛乳
26	木		●まあるいクラッカー	鶏肉のごま焼き 人参スティック 小松菜としめじ煮浸し キャベツ味噌汁	鶏肉・酒・砂糖・醤油・すりごま、人参・塩、小松菜・しめじ・油あげ・砂糖・醤油、キャベツ・玉ねぎ・だし用いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	きな粉団子 お茶	団子粉・薄力粉・絹豆腐・きな粉・砂糖・塩、麦茶パック 2歳未満：きな粉ケーキ
27	金		バナナ	ちくわの磯辺揚げ こふき芋 春雨汁 じゃこ納豆	ちくわ・薄力粉・青のり・揚げ油、じゃが芋・塩、鶏肉・春雨・玉ねぎ・人参・しめじ・長ねぎ・空心菜・鶏がらスープ・塩・ちりめんじゃこ・ひきわり納豆・納豆のタレ	チヂミ 牛乳	玉ねぎ・人参・ニラ・薄力粉・片栗粉・中華あじ・ごま油、牛乳
28	土		ソフトサラダ	そぼろ丼 椎茸味噌汁	鶏ひき肉・人参・砂糖・醤油・たまご・砂糖・いんげん・塩、椎茸・玉ねぎ・だし用いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	クッキー お茶	薄力粉・バター・砂糖、麦茶パック
29	日						
30	月	災害訓練	ゆでじゃが芋	豚肉と厚揚げの味噌煮 一食納豆 わかめのお吸い物	豚こま・厚揚げ・玉ねぎ・人参・椎茸・いんげん・味噌・砂糖・醤油、ひきわり納豆・納豆のタレ、わかめ・えのき・長ねぎ・空心菜・だし用かつお節・淡口醤油・塩	きのこおにぎり お茶	米・椎茸・しめじ・人参・砂糖・醤油、麦茶パック