



9月の給食献立予定表 大野保育園

令和7年 8月 29日
担当 井上さとみ 大田希 中平颯

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子供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。

【生活リズムをととのえる早起き・早寝・朝ごはん】

- ・早起き... 朝の光を感じると覚醒を促す脳内物質のセロトニンが分泌され 日中に活動しやすくなります。
- ・早寝... 睡眠は、疲れをとったり、体を成長させたりします。夜は、早く寝て十分な睡眠をとみましょう。
- ・朝ごはん... 夕飯でとったエネルギーは朝には残っていません。午前中元気に活動するために、朝食をとみましょう。

【9月の行事予定】

- ・19日(金)・・・誕生会(完全給食です。白ご飯はいりません。)

【リクエストメニュー】

- (9月生まれのお友達)
- ・12日 高田 みれいさん



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ス姫箸を使用していますので箸はいりません。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いりません。
- ・●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。

日	曜	行事	未満児おやつ	副 食	材 料 名	お や つ	おやつ/material名
1	月	防犯訓練	バナナ	豚肉と根菜のごま煮 わかめ納豆 玉葱の味噌汁	豚肉・人参・蓮根・ごぼう・椎茸・じゃが芋・南瓜(園畑)・いんげん・すりごま・砂糖・醤油、わかめ・ひきわり納豆・納豆のタレ、玉葱(園畑)・厚揚げ・空芯菜(園畑)・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	青菜と塩昆布おにぎり お茶	米・小松菜・塩昆布、麦茶 パック
2	火	絵本の日 礼拝	人参スティック	オムレツ ひじきのサラダ チンゲン菜スープ	鶏挽肉・卵・玉葱(園畑)・人参・椎茸・小松菜・コンソメ、ひじき・キャベツ・人参・きゅうり・すりごま・砂糖・醤油、チンゲン菜・じゃが芋・かまぼこ・鶏ガラ・塩	バナナケーキ 牛乳	バナナ・薄力粉・ベーキング パウダー・卵・砂糖・油・牛 乳
3	水		青のりこふき芋	さばの香味揚げ 野菜の塩昆布和え 高野豆腐の味噌汁 オレンジ	さば・ホキ・酒・片栗粉・揚げ油・ニンニク・生姜・大葉(園畑)・砂糖・酢・醤油、きゅうり・キャベツ・空芯菜(園畑)・人参・塩昆布、高野豆腐・玉葱(園畑)・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ、オレンジ	豆腐のおやき 牛乳	木綿豆腐・ひじき・薄力粉・片 栗粉・かつおパック・醤油、牛 乳
4	木	鉄骨メニュー	トマト	厚揚げの中華煮 小松菜のナムル わかめスープ	豚肉・厚揚げ・玉葱(園畑)・人参・しめじ・中華あじ、小松菜・ひじき・もやし・砂糖・醤油・ごま油、わかめ・玉葱(園畑)・豆苗・かまぼこ・鶏ガラ・塩	パン (カミカミの日) 牛乳	強力粉・ドライースト・塩・ 砂糖・油、牛乳
5	金		塩きゅうり	鶏肉の胡麻焼き おかか和え 切り干し大根の味噌汁	鶏肉・すりごま・酒・砂糖・醤油、キャベツ・小松菜・人参・かつおパック・砂糖・醤油、切り干し大根・しめじ・油あげ・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	チヂミ 牛乳	小松菜・ニラ・玉葱(園畑)・人 参・薄力粉・片栗粉・中華あじ・ ごま油・酢・醤油、牛乳
6	土		●ポテとほうれん草の おせんべい	焼きうどん バナナ	豚肉・玉葱(園畑)・人参・しめじ・キャベツ・もやし・かまぼこ・うどん 麺・焼きそばソース・お好みソース、バナナ	ゆかりおにぎり お茶	米・ゆかり・すりごま、麦茶 パック
7	日						
8	月	身体測定 鉄骨メニュー	人参スティック	肉野菜炒め のり納豆 厚揚げとひじきのスープ	豚肉・キャベツ・玉葱・人参・もやし・椎茸・小松菜・中華あじ、刻みのり・ひきわり納豆・納豆のタレ、厚揚げ・ひじき・豆苗・かまぼこ・鶏ガラ・塩	わかめおにぎり お茶	米・混ぜ込みわかめ・すり ごま、麦茶パック
9	火		バナナ	ビーフシチュー マカロニサラダ	牛肉・玉葱・人参・じゃが芋・しめじ・トマト・ビーフシチュールウ、サラ ダマカロニ・ハム・キャベツ・きゅうり・人参・すりごま・マヨネーズ・塩	ちんすこう 牛乳	薄力粉・サラダ油・砂糖、牛 乳
10	水		食パン	魚の西京焼き ひじき炒め すまし汁	ホキ・酒・砂糖・味噌、ひじき・人参・しめじ・天ぷら・小松菜・糸こんにゃく・すりごま・砂糖・醤油、豆腐・わかめ・玉葱・かつおだし・うす 口・塩	リッツサンド 牛乳	リッツクラッカー・イチゴジャ ム・ブルーベリージャム、牛 乳
11	木	高田みれいさん リクエストメニュー	●うの花クッキー	コロッケ ミニトマト メロン 豆腐とわかめと大根と油あげの味噌汁	合挽肉・じゃが芋・玉葱・人参・鶏ガラ・塩・薄力粉・パン粉・揚げ油・ お好みソース、ミニトマト、メロン、豆腐・わかめ・大根・油あげ・いり こ・味噌・菌ちゃんふりかけ	りんごとみかんゼリー お茶	クリアガー・砂糖・りんご・み かん缶、麦茶パック
12	金		塩じゃが芋	鶏肉のガーリックマヨ焼き キャベツのごま和え 南瓜のポタージュスープ	鶏肉・ニンニク・マヨネーズ・酒・醤油、キャベツ・きゅうり・人参・豆苗・ すりごま・砂糖・醤油、南瓜(園畑)・玉葱・豆乳・コンソメ・塩	ポパイブリッツ 牛乳 (カミカミの日)	ほうれん草・薄力粉・ベーキ ングパウダー・砂糖・油、牛 乳
13	土		きゅうりスティック	ツナピラフ 卵のスープ	米・ツナ・玉葱・人参・しめじ・ピーマン・コンソメ・醤油、卵・えのき・鶏 ガラ・塩	ジャムサンド お茶	サンドパン・イチゴジャム、 麦茶パック
14	日						
15	月	敬老の日					
16	火	絵本の日 鉄骨メニュー	オレンジ	豚肉と高野豆腐のひじき煮 ごま納豆 えのきの味噌汁	豚肉・高野豆腐・玉葱・人参・椎茸・ひじき・小松菜・砂糖・醤油、すりごま・ひ きわり納豆・納豆のタレ、えのき・玉葱・油あげ・いりこ・味噌・菌ちゃんふり かけ	チキンライスおにぎり お茶	米・鶏肉・玉葱・人参・コンソ メ・ケチャップ、麦茶パック
17	水		さつま芋	魚の味噌マヨ焼き もやしのゆかり和え ごまわかめスープ	ホキ・酒・味噌・マヨネーズ、もやし・きゅうり・人参・ゆかり、わかめ・豆 腐・玉葱・豆苗・すりごま・鶏ガラ・塩	あんパン 牛乳	あんこ・強力粉・ドライー スト・塩・砂糖・油、牛乳
18	木		人参スティック	チキンゲット 野菜のごま和え しめじの味噌汁	鶏ひき肉・豆腐・玉葱・片栗粉・ニンニク・マヨネーズ・鶏ガラ・ケチャップ・揚げ 油、小松菜・きゅうり・人参・かまぼこ・砂糖・醤油、しめじ・玉葱(園畑)・油あ げ・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	クッキー 牛乳 (カミカミの日)	薄力粉・卵・ベーキングパ ウダー・砂糖・油、牛乳
19	金	誕生会	●ふわふわチップ にんじん味	わかめご飯 手羽中の甘酢煮 野菜のおかか和え 豆腐の味噌汁 バナナ	米・混ぜ込みわかめ・すりごま、手羽中・鶏もも・酒・塩・酢・砂糖・醤油・片栗 粉、キャベツ・きゅうり・人参・かまぼこ・かつおパック・砂糖・醤油、豆腐・玉 葱・しめじ・油あげ・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ、バナナ	誕生ケーキ 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
20	土		きゅうりスティック	焼きビーフン コンソメスープ	豚肉・ビーフン麺・玉葱・人参・キャベツ・椎茸・鶏ガラ・塩、じゃが芋・ しめじ・長ねぎ・コンソメ	ホットケーキ お茶	薄力粉・ベーキングパウダー・ 卵・砂糖・油、麦茶パック
21	日						
22	月		茹でじゃが芋	麻婆豆腐 きのことサラダ わかめスープ	豚ひき肉・ニンニク・生姜・豆腐・玉葱・人参・椎茸・ニラ・赤味噌・醤油・中華 あじ・ごま油・片栗粉、えのき・しめじ・エリンギ・きゅうり・レタス・すりごま・砂 糖・醤油、玉葱・わかめ・鶏ガラ・塩	海苔おにぎり たくあん お茶	米・塩・焼き海苔、たくあ ん、麦茶パック
23	火	秋分の日					
24	水		みかん缶	サバの塩焼き 小松菜の炒め物 豆乳味噌汁 ひじき納豆	さば・ホキ・酒・塩、小松菜・人参・コンソメ、豆乳・玉葱・しめじ・人参・ 南瓜(園畑)・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ、ひじき・ひきわり納豆・ 納豆タレ	おかずパン 牛乳	ウインナー・玉葱・人参・薄 力粉・ベーキングパウダー・ 砂糖・油、牛乳
25	木	鉄骨メニュー	●あずきクラッカー	松風焼き 切り干し大根のサラダ わかめの味噌汁	鶏ひき肉・豚ひき肉・鶏レバー・絞豆腐・玉葱・人参・椎茸・すりごま・酒・砂 糖・醤油、切り干し大根・人参・キャベツ・きゅうり・マヨネーズ・うす口、わか め・玉葱・しめじ・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	青のりラスク 牛乳 (カミカミの日)	フランスパン・マヨネーズ・ 青のり・砂糖・グラニュー 糖、牛乳
26	金		じゃが芋コンソメ	ちくわの磯辺揚げ 野菜焼き 春雨スープ	ちくわ・薄力粉・青のり・塩・揚げ油、南瓜・人参・塩、鶏肉・春雨・玉 葱・かまぼこ・しめじ・キャベツ・鶏ガラ・塩	みかんサイダーゼリー お茶	寒天パ・パ・みかん味・サイ ダー・みかん缶、麦茶パック
27	土		人参スティック	皿うどん バナナ	豚肉・玉葱・人参・しめじ・もやし・キャベツ・かまぼこ・パリパリ麺、パ ナナ	ごま昆布おにぎり お茶	米・塩昆布・すりごま、麦茶 パック
28	日						
29	月		トマト	カレー肉じゃが しめじの味噌汁	豚肉・厚揚げ・じゃが芋・玉葱・人参・椎茸・糸こんにゃく・小松菜・かつおだし・ カレー粉・砂糖・醤油、ひきわり納豆・納豆のタレ、しめじ・豆腐・油あげ・いり こ・味噌・菌ちゃんふりかけ	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
30	火	災害訓練 絵本の日	塩きゅうり	鶏肉の照り焼き 塩キャベツ 南瓜の味噌汁	鶏肉・生姜・酒・砂糖・醤油、キャベツ・人参・オクラ・塩、南瓜(園畑)・玉葱・ 油あげ・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	ねぎ味噌トースト 牛乳	食パン・玉葱・長ねぎ・味 噌・マヨネーズ、牛乳