

日	曜	午前おやつ (未満児)	主食	昼食	午後おやつ
1	日			防災の日	
2	月	クラッカー 保存水	マジックライス	防災訓練 ～非常食をたべよう～ 温めずにおいしい野菜カレー チキンカツ パイン 保存水	パンの缶詰 保存水
3	火	醤油せんべい 牛乳	ご飯	サーモンのバターしょうゆ かぼちゃ甘煮 炒り豆腐 グレープフルーツ 麦茶	★キャロットケーキ (以)牛乳(未)麦茶
4	水	バナナ 麦茶	パン	厚揚げナゲット ジャーマンポテト コーンスープ オレンジ 麦茶	★みそおにぎり 麦茶
5	木	りんごジュース	きのこご飯	お誕生会お祝いメニュー カレイのムニエル ポパイスパゲッティ ☆おぼろ汁 グレープフルーツ 麦茶	プリンタルト 塩せんべい (以)牛乳(未)麦茶
6	金	パイ菓子 牛乳	ご飯	洋風オムレツ すき昆布煮 オレンジ 麦茶	★しょうゆラーメン 乳酸菌飲料
7	土	ビスケット 牛乳	ご飯	大豆ミートローフ トマト ほうれん草のソテー かぼちゃのみそ汁 バナナ 麦茶	醤油せんべい パイ菓子 野菜ジュース
8	日				
9	月	バナナ 麦茶	パン	厚揚げのミートソース しらすパゲッティ ポテトポタージュ オレンジ 麦茶	★高野豆腐のそぼろご飯 麦茶
10	火	塩せんべい 牛乳	ふりかけ ご飯	お楽しみ給食 ※すみれ、ゆり組は、お弁当箱に盛付けます サーモンのママレード焼き ポテト 五目きんぴら バナナ 野菜ジュース	★ココアフレンチトースト (以)牛乳(未)麦茶
11	水	クラッカー 牛乳	ご飯	コーンのツナキッシュ マーボー春雨 グレープフルーツ 麦茶	ごまあんパン (以)牛乳(未)麦茶
12	木	揚げせんべい 牛乳	ご飯	たらねぎみそ焼き かぼちゃ甘煮 きゅうり変り漬け バナナ 麦茶	★揚げ昆布 カリカリピーマン 塩せんべい 乳酸菌飲料
13	金	パイ菓子 牛乳	ご飯	凍み豆腐のオランダ煮 ほうれん草のみそ汁 オレンジ 麦茶	ロールケーキ (以)牛乳(未)麦茶
14	土	カルシウムせん 牛乳	ご飯	ブリのこっくり焼き トマト 煮っころがし かぼちゃのみそ汁 バナナ 麦茶	揚げせんべい パイ菓子 豆乳ココア
15	日				
16	月			敬老の日	
17	火	塩せんべい 牛乳	ゆかり おにぎり	十五夜お祝いメニュー お月見フィッシュ団子 人参きんぴら はんぺんのすまし汁 お月様ゼリー 麦茶	★どうぶつかためきビスケット (以)牛乳(未)麦茶
18	水	ぶどうジュース	パン	みそポテトグラタン のりっこりー かぼちゃポタージュ オレンジ 麦茶	★豆乳ココアもち (以)牛乳(未)麦茶
19	木	揚げせんべい 牛乳	ご飯	サーモンのホワイトソース 豆腐チャンプルー バナナ 麦茶	★キャラメルポテト (以)牛乳(未)麦茶
20	金	パイ菓子 牛乳	ご飯	厚揚げのそぼろあん ゆでとうもろこし グレープフルーツ 麦茶	クリームパン (以)牛乳(未)麦茶
21	土	カルシウムせん 牛乳	ご飯	小田巻蒸し トマト 炒り豆腐 里芋のみそ汁 オレンジ 麦茶	甘辛せんべい パイ菓子 野菜ジュース
22	日			秋分の日	
23	月			振替休日	
24	火	りんごジュース	わかめ うどん	カジキのバーベキュー 野菜ビビンバ バナナ 麦茶	★揚げ昆布 カリカリピーマン 塩せんべい 乳酸菌飲料
25	水	クラッカー 牛乳	ご飯	豆腐のみそ卵焼き ひじきとさつま芋の煮物 グレープフルーツ 麦茶	★がんづき (以)牛乳(未)麦茶
26	木	パイ菓子 牛乳	ご飯	サーモンのポテサラ焼き 鶏塩ビーフン ほうれん草のみそ汁 バナナ 麦茶	あんパン (以)牛乳(未)麦茶
27	金	バナナ 麦茶	パン	大豆たっぷりポークハヤシ うまっこりー オレンジ 牛乳	★かぼちゃご飯 麦茶
28	土			運動会	
29	日				
30	月	パイ菓子 牛乳	コムガー	世界の料理をたべよう ～ベトナム～ カソットカチュア フォーサオ ブンゾックムン フルーツゼリー 麦茶	★パン・チュオイ・ヌン (以)牛乳(未)麦茶

♪お知らせ♪

- ・★印は、手作りおやつです
- ・☆印は、宮城・東北の郷土料理です
- ・9/02(月) 防災訓練 ・9/28(土) 運動会
- ・9/05(木) お誕生会

【今月の平均栄養給与量】

栄養成分	未満児	以上児
エネルギー(kcal)	512	615
たんぱく質(g)	19.7	24.4
脂質(g)	15.0	18.2
食塩相当量(g)	1.3	1.6

※都合により献立を変更する場合があります。

【防災の日について】

「防災の日」は、大正12年(1923年)9月1日に発生し、10万人以上の死者・行方不明者を出した『関東大震災』に由来し、台風や地震等の災害についての認識を深め、それらの災害に対処する心構えとするために、昭和35年に制定されました。

一般的に非常時は、ライフライン(ガス・電気・水道)が止まった場合に備えて、3日～1週間分を推奨されています。まだ常備されていないご家庭がありましたら、これを機に用意されてはいかがでしょうか。

また、保育園では、「防災の日」には防災訓練をし、給食で非常食を食べます。

