



令和6年 9月 献立表



※ 献立は都合により変更する場合があります。

※ のついているところは、アレルギーを含むお菓子を使用することもあります。

亀井野保育園

日付	曜日	午前おやつ	普通食 昼食	午後 おやつ	保育園 一日の栄養量 0.1歳クラスは朝おやつのお食分も含まれています								炭水化物 脂質 (力になる 黄の食品)	たんぱく質 (血になる 赤の食品)	ビタミン (体を整える 緑の食品)	アレルギー					
					熱量(kcal)		蛋白質(g)		脂質(g)		塩分(g)					卵	乳	魚卵	キウイ フルーツ	山いも	くるみ アーモンド ピーナッツ
					幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児									
2	月	0 おかし	0.1歳 さんまのかぼやきどんぶり みそしる 2歳〜うめおにぎり さんまかん たくあん	ぎゅうにゆう たらこトースト	防災訓練								ごはん	さんまの かんづめ	たくあん		○	○			
3	17 火	ぎゅうにゆう おかし	3日キーマカレー 17日おつきみカレー きりぼしだいこんのごまずあえ 3日マンゴーラッシー 17日フルーツ	3日ぎゅうにゆう 乳児バナナむしパン 幼児 ココアバナナむしパン 17日むぎちゃ 乳児さつまいもだんご 幼児 おつきみだんご	690 614 22.0 19.0 23.3 22.5 2.7 2.2	660 560 21.3 17.0 17.7 18.0 2.8 2.3	ごはん	とり ひきにく	きゅうり		○										
4	18 水	ぎゅうにゆう おかし	はんぺんのいそべフライ サラダな こうやどうふのごもくに みそしる	むぎちゃ ヨーグルトあえ おかし	543 530 19.0 20.8 11.1 15.4 2.5 2.1	ごはん	はんぺん	ちんげん さい	○	○	※	※	○	※							
5	19 木	ぎゅうにゆう おかし	うめじゃこふりかけ とうふチャンプルー マカロニサラダ みそしる	ぎゅうにゆう ひやしちゅうか	582 540 23.1 21.3 17.0 17.0 2.8 2.5	ごはん	とうふ ぶたにく	きゃべつ		○											
6	20 金	ぎゅうにゆう おかし	けんちんうどん バンバンジー 6日ラッシー 20日 やさいジュース	6日ぎゅうにゆう ベーコンポテトパイ 20日	445 430 23.2 21.2 18.6 19.2 2.0 1.8	うどん	ぶたにく	だいこん		○											
7	21 土	むぎちゃ おかし	やきにくどんぶり きゅうりのしおこんぶあえ みそしる	むぎちゃ おかし フルーツ	527 447 20.6 16.8 11.1 10.2 2.5 1.9	ごはん	ぶたにく	ピーマン													
9	23 月	ぎゅうにゆう おかし	あかうおのゆうあんやき しらあえ とんじる	むぎちゃ 1歳〜ソフトクリーム	617 566 24.5 22.4 20.2 20.5 2.0 1.5	ごはん	あかうお	だいこん		○											
10	24 火	ぎゅうにゆう おかし	やきそば れんこんサラダ とうふのちゅうかスープ	ぎゅうにゆう なっとうチャーハン	585 541 21.0 19.6 25.4 24.3 1.8 1.5	やきそば めん	ぶたにく	ほうれん そう		○											
11	25 水	ぎゅうにゆう おかし	パーベキューチキン サラダな ひじきとこまつなのびたし みそしる	ぎゅうにゆう はちみつレモントースト	545 507 25.0 22.5 14.0 15.5 2.6 2.3	ごはん	とりにく	こまつな		○											
12	26 木	ぎゅうにゆう おかし	あかうおのゆうあんやき しらあえ とんじる	むぎちゃ 1歳〜ソフトクリームサンデー	617 566 24.5 22.4 20.2 20.5 2.0 1.5	ごはん	あかうお	だいこん		○											
13	27 金	ぎゅうにゆう おかし	ぎゅうにゆう クロワッサン あきやさいのグラタン ミネストローネ	むぎちゃ ぶたわかめにゆうめん	567 523 21.0 19.5 27.7 25.8 2.6 2.2	クロワッサン	とりにく	かぼちゃ	○	○											
14	28 土	むぎちゃ おかし	とりしおうどん ポテトサラダ	むぎちゃ おかし フルーツ	432 372 12.7 10.3 16.0 14.1 1.4 1.1	うどん	とりにく	こまつな													
15	29 月	ぎゅうにゆう おかし	ぶたにらいため さつまいもサラダ みそしる	ぎゅうにゆう フルーツゼリー	502 468 15.1 14.8 15.8 16.1 2.5 2.1	ごはん	ぶたにく	にら		○											
誕生会	12 木	ぎゅうにゆう おかし	きのこごはん うめしそチーズロールフライ サラダな ミントマト すましじる	ぎゅうにゆう りんごケーキ	638 580 25.5 23.0 22.0 21.6 2.2 1.8	ごはん	ぶたにく	ほうれん そう		○											

防災の日 9月1日

災害に備えるための大切な日です。保育園では防災訓練と災害時の給食を提供していきます。この【防災の日】をきっかけに、ご家庭でも防災グッズの中身を確認したり防災に対する意識を高め、災害に備えましょう。

防災用品は、「気が付いたら使用期限が過ぎていた・・・」ということが起きやすいです。そこで、日常的に防災用品を消費しながら足りなくなった分を買い足して災害時に備える備蓄方法＝**ローリングストック**という考え方が良いとされています。



十五夜・お月見

十五夜とは、一年の中で一番美しい満月が見える日のことです。今年も9月17日です。日本ではお団子やススキ・里芋などをお供えて、お月さまを眺めることを【お月見】といいます。たくさんのおいしい食べ物が食べられることへの感謝の気持ちを込めて過ごします。保育園でも、お月見にちなんだ給食を提供します。どうぞお楽しみに☆