

今月の目標

「感謝の心を持って食べよう」

令和4年度

日曜日	9時おやつ	給食	15時おやつ	エネルギーになるもの	体をつくるもの	体の調子を整えるもの	備考
1 木	フルーチェ お茶	・トマトチンジャオロース ・フレンチサラダ ・つみれ汁 ・果物	乾パン 水	お米 油 砂糖 乾パン	ふた肉 すり身 牛乳	トマト ビーマン 菊 キャベツ 胡瓜 みかん 玉ねぎ オレンジ	防災の日
2 金	果物 牛乳	・白身魚の野菜あんかけ ・味噌汁 ・果物	豆腐ブラウニー 牛乳	お米 油 砂糖 こま 小麦粉 バター	白身魚 ひじき み そ とうふ 豆乳 牛乳	玉ねぎ 人参 しいたけ 小松菜 もやし なす パナナ	手づくりおやつ
3 土	ゼリー お 茶	・ミートスパゲティ ・切干大根のごまマヨ サラダ ・のり ・果物	お菓子 ミルク	お米 油 砂糖 スパゲティ 小麦粉 マヨネーズ お菓子	ふた肉 ベーコン のり スキムミルク	玉ねぎ トマト 人参 切干大根 胡瓜 キャベツ 玉ねぎ 梨	
5 月	お菓子 牛 乳	・ハヤシライス ・ミルクポテトサラダ ・チーズ ・果物	豆乳もち お茶	お米 油 砂糖 小麦粉 じゃが芋 マヨネーズ お菓子	ふた肉 スキムミル ク ハム チーズ 豆乳 きな粉 牛乳	トマト 玉ねぎ 人参 しめじ キャベツ 胡 瓜 ブロッコリー ゆんご	手づくりおやつ
6 火	かみかみ昆 布 牛乳	・アジのたまご揚げ ・味噌汁 ・果物	ごませんべい 牛乳	お米 油 砂糖 小麦粉 春雨 こま バター	アジ わかめ 油揚げ みそ たまご こん ぶ	人参 パセリ 胡瓜 トマト 玉ねぎ 椎茸 オレンジ	手づくりおやつ
7 水	パン お茶	・ツナマカロニグラタン ・小松菜と卵のスープ ・果物	お菓子 牛乳	お米 油 砂糖 マカロニ 小麦粉 お菓子	ツナ ミルク チー ズ しらす ベーコン かつお節 卵 牛乳	玉ねぎ 胡瓜 トマト 小松菜 人参 パナナ	
8 木	果物 牛乳	・チキン南蛮 ・カルシウムサラダ ・とうふのすまし汁 ・果物	マドレーヌ ミルク	お米 油 砂糖 片栗粉 マヨネーズ ホットケーキ粉	とり肉 卵 わかめ しらす チーズ とうふ 牛乳	パセリ トマト 胡瓜 玉ねぎ えのき みかん	手づくりおやつ
9 金	お菓子 お 茶	愛情弁当の日		お菓子 りんごジュース			運動会総練習
10 土	ウエハース 牛乳	・皿うどん ・ひじきの煮物 ・かぼちゃの味噌汁 ・果物	お菓子 牛乳	お米 油 砂糖 中華麺 お菓子	ふた肉 かまぼこ ひじき 高野豆腐 みそ 牛乳	キャベツ 人参 玉ね ぎ 南瓜 えのき りんご	
12 月	いりこ 牛 乳	・牛丼 ・きゅうりとトマトの中華漬け ・芋の天ぷら ・果物	豆乳プラン ジュ お茶	お米 油 砂糖 さつま芋 小麦粉	牛肉 たまご 豆乳 牛乳 いりこ	玉ねぎ 胡瓜 トマト パナナ	手づくりおやつ
13 火	野菜スティ ック お茶	・鮭のおろし焼き ・なめこの味噌汁 ・果物	ゴマ団子 牛乳	お米 油 砂糖 マヨネーズ こま 白玉粉	鮭 ちくわ とうふ みそ あんこ 牛乳	人参 ごぼう ブロッコリー えのき なめこ オレンジ 胡 瓜	手づくりおやつ
14 水	お菓子 牛 乳	・豆腐のおとし揚げ ・かきたま汁 ・果物	パン ミルク	お米 油 砂糖 やまいも 片栗粉 パン お菓子	とうふ ツナ ひじ き たまご スキムミル ク	人参 グリンピース 胡瓜 もやし トマト えのき りんご	
15 木	果物 お茶	・チリコンカン ・マセドアンサラダ ・わかめスープ ・果物	こんぶ せんべ い 牛乳	お米 油 砂糖 じゃが芋 マヨネ ーズ	大豆 牛肉 チーズ わかめ ベーコン こんぶ 牛乳	トマト 玉ねぎ 人参 胡瓜 りんご もやし しいたけ 梨 パナナ	
16 金	枝豆 牛乳	・すり身のふわふわがんも ・味噌汁 ・果物	夕焼けおにぎり お茶	お米 油 砂糖 片栗粉	すり身 豆腐 ひじ き ささ身 油揚げ み そ しらす 牛乳	人参 ねぎ キャベツ 胡瓜 玉ねぎ オレンジ 枝豆	手づくりおやつ
17 土	お菓子 ジュース	運動会					
20 火	お菓子 お 茶	・アジフライ タルタルソース ・わかめの酢 の物 ・とん汁 ・納豆 ・果物	フルーツヨーグル ト	お米 油 砂糖 パン粉 小麦粉 マヨネーズ お菓子	アジ たまご わか め ふた肉 納豆 厚揚 げ	パセリ 人参 胡瓜 玉ねぎ ごぼう 椎茸 梨 りんご パナ ナ	手づくりおやつ
21 水	かみかみ昆 布 牛乳	・豆腐の松風焼き ・卵スープ ・果物	おはぎ お茶	お米 油 砂糖 パン粉 マヨネ ーズ	とうふ ふた肉 みそ たまご チーズ あんこ こんぶ 牛 乳	玉ねぎ 人参 南瓜 胡瓜 ブロッコリー しいたけ パナナ	手づくりおやつ
22 木	パン お茶	・じゃが芋のカントリー煮 ・春雨スープ ・果物	お菓子 牛乳	お米 小麦粉 砂糖 じゃが芋 マヨネ ーズ 春雨 お菓子 パン	ふた肉 ハム 牛乳	玉ねぎ 人参 キャベ ツ しいたけ オレンジ	運動会予備日
24 土	お菓子 お 茶	・きつねうどん ・切干大根の煮物 ・ブロッコリーのおかか和え ・果物	コーンフレーク	お米 油 砂糖 うどん こんにゃく コーンフレーク 菓 子	油揚げ ふた肉 かつお節 牛乳	人参 ねぎ ほうれん 草 切干大根 ブロッコ リー	
26 月	果物 牛乳	・チキンカレー ・スパゲティサラダ ・ゆで卵 ・果物	お菓子 ミルク	お米 油 砂糖 じゃが芋 マヨネ ーズ スパゲティ 小麦粉	とり肉 たまご スキムミルク 牛乳	玉ねぎ 人参 ビーマ ン 胡瓜 パナナ みかん バナナ	
27 火	野菜スティ ック 牛乳	・鮭のゴマ揚げ ・味噌汁 ・果物	おにぎり お茶	お米 油 砂糖 こま 小麦粉 お麩	鮭 たまご とうふ ちくわ みそ わかめ 牛乳	小松菜 人参 トマト 玉ねぎ えのき 胡瓜 オレンジ	手づくりおやつ
28 水	フルーチェ お茶	・千草焼き ・ひじきとベーコンのソテー ・すまし汁 ・果物	パン ミルク	お米 油 砂糖 パン	たまご ふた肉 ひじき ベーコン とうふ スキムミル ク	ほうれん草 人参 玉ねぎ えのき りん ご	
29 木	果物 牛乳	・鶏の唐揚げ ・コールスローサラダ ・かぼちゃスープ ・ぶりかけ ・果物	さつま芋もち お茶	お米 油 砂糖 片栗粉 マヨネ ーズ さつま芋 バター	とり肉 ハム のり 牛乳 チーズ	キャベツ 胡瓜 かぼちゃ 梨 もも缶	手づくりおやつ
30 金	お菓子 お 茶	・魚のみそマヨ焼き ・味噌汁 ・果物	ヨーグルトケ ーキ 牛乳	お米 油 砂糖 マヨネーズ じゃが 芋 小麦粉 バター	白身魚 みそ わか め 油揚げ たまご ヨーグルト 牛乳	人参 ビーマン 玉ね ぎ しいたけ オレンジ	手づくりおやつ



行事予定お知らせ

9月1日(木) 防災の日 乾パンを食べてみよう！
水を紙コップで飲んでみよう！

9月9日(金) 運動会総練習
※愛情弁当の日 お弁当のご用意をお願いします。

9月17日(土) 運動会 雨天時：通常保育
給食はありませんのでお弁当をお願いします。

9月21日(水) お彼岸 おはぎを食べよう！

9月22日(木) 運動会予備日

◎3歳以上児さんのご飯のお弁当箱に名前のご記入をお願いします。集めた時に分かりやすくするために
ご記入頂けると助かります。

非常食の備えはできていますか？

9月1日は、災害への認識を深め、備えを確認する「防災の日」です。関東大震災が起きた日であり、台風が多いとされる二百十日から制定されました。

準備するとよいもの
飲料水 (1人1日3L×3日分) ・ 3日分の非常食(レトルト食品・カップ麺・缶詰・お菓子等) ・ 医薬品 ・ 懐中