



9月の予定献立表



令和5年9月1日
二川目保育園



夏の疲れが出ていませんか？

「暑さ寒さも彼岸まで」（この辺ではお盆まで?!）と言われて
いますが、今年の夏は本当に暑い日が続きましたね。まだまだ残暑が
続きそうですね。暑い中でも子供たちは元気に過ごしていますが、
やはり夏の暑さの疲れが出ているようです。なんとなくぼんやりして
いたり、イライラする子、体調を崩している子も見られてきました。
夏の疲れを解消するのはやはり食事と睡眠です。
しっかりした食事をして栄養を十分取り、しっかり寝て、
夏の疲れをとりましょう。



災害時に備えて

非常食の確認を

乾パンやマフィン、カレー、炒飯などの非常食は、3
大アレルゲンの卵、牛乳、小麦を使用しているものが
ほとんど。食物アレルギーの子どもが安心して口にで
きるものかを確認しましょう。米ならアレルギーを起
こしにくく、赤ちゃんからお年寄りまで食べられるの
で、アルファ米などの用意があると良いでしょう。

名札の作成を

子どもはアレルギーの有無を知らせるのが困難です。
アレルギーがあるならアレルゲンや緊急時の対応、連
絡先を明記した名札・ゼッケンを用意しておき、災害
時には必ず身につけましょう。



小さな八百屋さん

夏野菜の収穫もだんだんと終わりが近づいてきま
した。収穫した野菜は自分で選んで、おうちに持って
帰ってお料理してもらいましたよ。



9月7日（木）は9月生まれのお子さんのお誕生会で
す。当日のお弁当は保育園で準備いたします。

日	曜	献立名		主な材料	おやつ	
		3歳以上児・3歳未満児 (未満児主食)	乳児(中・後) (主な材料)		3歳以上児 3歳未満児	乳児
1	金	たらの卵とし れんこんのきんぴら みそ汁 パイン缶 (ごはん)	米 たら 豆腐 里いも 人参	たら 豆腐 卵 ネギ れんこん 人参 ごま	フルグラ ミ ル ク	かゆ
2	土	夏野菜チキンカレー わかめサラダ 福神漬 牛乳 オレンジ (ごはん)	米 鶏肉 人参 かぼちゃ いんげん	鶏肉 かぼちゃ なす いんげん ピーマン	お か し 麦 茶	かゆ
4	月	スクランブルエッグ ナポリタン 野菜スープ オレンジ (ごはん)	米 白身魚 人参 トマト キャベツ	卵 エビ じゃがいも チーズ サラスパ ベーコン ピーマン	ヨーグルト チ ー ズ	かゆ
5	火	豆腐ナゲット ビーフンソテー みそ汁 パイン缶 (ごはん)	米 豆腐 鶏肉 ひじき 人参	豆腐 ひき肉 ひじき チーズ ビーフン 玉ねぎ 人参	ミルクゼリー 麦 茶	かゆ
6	水	ほっけの塩焼き さつまいもサラダ みそ汁 黄桃缶 (ごはん)	米 ほっけ 人参 さつまいも	ほっけ トマト 煮豆 さつまいも きゅうり ハム	り ん ご 麦 茶	かゆ
7	木	お誕生会 ミートソース 卵サンド フライ プリン 麦茶	米 豚肉 人参 ブロッコリー	ひき肉 玉ねぎ トマト 食パン 卵 エビフライ	ガリガリ君 麦 茶	かゆ
8	金	変わり春巻き タイ風春雨サラダ わかめスープ みかん缶 (ごはん)	米 鶏肉 トマト はんぺん 人参	春巻きの皮 ひき肉 はんぺん しいたけ 春雨 エビ 三つ葉	豆 パ ン ミ ル ク	かゆ
9	土	シーフードカレー 海藻サラダ 福神漬 麦茶 パナナ (ごはん)	米 白身魚 人参 じゃがいも	ホタテ エビ イカ 玉ねぎ 人参 海藻 きゅうり	お か し ミ ル ク	かゆ
11	月	洋風厚焼き卵 マカロニサラダ みそ汁 キウイ (ごはん)	米 鶏肉 人参 ほうれん草	卵 玉ねぎ ひき肉 人参 マカロニ きゅうり ハム	プ リ ン チ ー ズ	かゆ
12	火	チキンカツ 長いもの中華あえ みそ汁 りんご (ごはん)	米 鶏肉 トマト キャベツ 豆腐	鶏肉 トマト キャベツ 長いも 人参 きゅうり ごま	バター茶飯 麦 茶	かゆ
13	水	サバの竜田揚げ ごぼうサラダ みそ汁 黄桃缶 (ごはん)	米 豆腐 人参 さつまいも	サバ しょうが さつまいも ごぼう 人参 きゅうり エビ	ぶ ど う 麦 茶	かゆ
14	木	豆腐入り松風焼き たらこあえ すまし汁 みかん缶 (ごはん)	米 豆腐 鶏肉 人参 大根	豆腐 鶏肉 人参 ネギ たらこ 大根 しらたき	チー ズドック ミ ル ク	かゆ
15	金	豆腐つくねバーグ パリパリサラダ みそ汁 パイン缶 (ごはん)	米 鶏肉 豆腐 ひじき 人参	豆腐 ひじき ひき肉 ネギ 切干大根 きゅうり カニカマ	アメリカンドッグ 麦 茶	かゆ
16	土	チキンカレー バンバンジーサラダ 福神漬 牛乳 オレンジ (ごはん)	米 鶏肉 人参 じゃがいも	鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 きゅうり もやし	お か し 麦 茶	かゆ
19	火	鶏だんごのから揚げ レタスなます みそ汁 みかん缶 (ごはん)	米 鶏肉 人参 れんこん しらす	鶏肉 人参 たけのこ 大豆 れんこん レタス しらす	ピザトースト ミ ル ク	かゆ
20	水	アジの塩焼き うの花 みそ汁 黄桃缶 (ごはん)	米 豆腐 トマト 人参 大根	アジ さつまいも トマト おから 豆腐 干しいたけ	梨 麦 茶	かゆ
21	木	りんご狩り 豆腐のまさご揚げ ひじきの煮物 みそ汁 パナナ (ごはん)	米 豆腐 しらす ひじき 人参	豆腐 エビ ひき肉 しらす 人参 ひじき さつま揚げ	ゼ リ ー 麦 茶	かゆ
22	金	ちくわの納豆はさみ揚げ こんにゃくサラダ すまし汁 パイン缶 (ごはん)	米 納豆 トマト 人参 豆腐	ちくわ 納豆 トマト 糸コン きゅうり 人参	いもレイ ミ ル ク	かゆ
25	月	巣ごもり卵 スパゲティサラダ ポタージュスープ キウイ (ごはん)	米 高野豆腐 人参 じゃがいも	じゃがいも ベーコン うすら卵 サラスパ きゅうり ハム	ヨーグルト チ ー ズ	かゆ
26	火	ごまササミフライ きんぴらごぼう みそ汁 りんご (ごはん)	米 鶏肉 トマト 人参 りんご	鶏肉 ごま 卵 トマト ごぼう 人参 しらたき	かぼちゃケーキ ミ ル ク	かゆ
27	水	サケフライ ひき昆布煮 みそ汁 黄桃缶 (ごはん)	米 鮭 トマト ブロッコリー	鮭 ピクルス 卵 トマト 昆布 人参 さつま揚げ	パ ナ ナ ミ ル ク	かゆ
28	木	チーズ肉団子 もやしのナムル ワンタンスープ みかん缶 (ごぼう)	米 豚肉 人参 ほうれん草	ひき肉 玉ねぎ チーズ もやし 人参 きゅうり	じゃじゃ麺 麦 茶	かゆ
29	金	野菜入りメンチカツ わかめの酢の物 みそ汁 パイン缶 (ごはん)	米 豚肉 豆腐 キャベツ 人参	ひき肉 豆腐 キャベツ わかめ きゅうり 人参	あんぱん ミ ル ク	かゆ
30	土	ひき肉カレー スパゲティサラダ 福神漬 麦茶 パナナ (ごはん)	米 豚肉 人参 わかめ パナナ	ひき肉 玉ねぎ 人参 サラスパ きゅうり 海藻	お か し ミ ル ク	かゆ



ごはん、おしぼり、箸の忘れ物が目立ってきました。登園前に今一度
持ち物の確認をお願いします。