

行事予定と献立 9月

2025.8.28

認定こども園みゆき 栄養士 坂本 和奏

日にち		ぎょうじ	ごはん	メニュー	午前おやつ	午後おやつ
1	月	ぼうさい つど 防災の集い ひなんぼうはんあんぜんしどう 避難防犯安全指導①	ごはん	かにたま ちゅうかサラダ わかめスープ オレンジ	クラッカージャム サンド	ちんすこう
2	火	はついくけいそく 発育計測	じゃこな ごはん	とりにくのてりやき かぼちゃサラダ ぐだくさんじる バナナ	マカロニ あべかわふう	アメリカンドック
3	水	えいご 英語あそび(4.5歳児)	ごはん	ハニーバターチキン そくせきづけ はくさいスープ オレンジ	グレープかんてん	おから カップケーキ
4	木	りトミック(2.3歳児) えいご 英語あそび(4.5歳児)	ごはん	プルコギ じゃがいものオープンやき たまごスープ パイナップル	バナナケーキ	チーズカレーパン
5	金	えほんか だ 絵本貸し出し ふとんも かえ 布団持ち帰り	むぎ ごはん	さかなのかばやきふう きゅうりのゆかりあえ いなかじる オレンジ	こくとうしパン	グレープフルーツ ゼリー
6	土		ごはん	たにんどん ごまきゅうり バナナ	ラスク	ようふうおこし
7	日					
8	月	こうつうあんぜんしどう 交通安全指導 こめた ぞう米炊き①	ごはん	とうふのまりあげ わふうサラダ みそしる オレンジ	チーズむしパン	カルピスポンチ
9	火	りトミック(0.5歳児)	ゆかり ごはん	ぶたにくとキャベツのいためもの かぼちゃのオープンやき のっぺいじる バナナ	おさつごまやき	マドレーヌ
10	水	英語あそび(4.5歳)	ごはん	さかなのマーマレードやき スパゲティサラダ オレンジ ベジタブルスープ	セサミパイ	シュガートースト
11	木	りトミック(1.4歳児) いどうとしょ 移動図書(ぞう組)	ごはん	ビビンバどん こまつなのナムル バナナ	とうにゅう ウエハース	チョコレート ケーキ
12	金	そふぼさんかんび ふれあい祖父母参観日 ふとんも かえ 布団持ち帰り	ごはん	にくじゃが なつとうのなめたけあえ ゆでブロッコリー とうふじる オレンジ	クリームサンド	きなこドーナツ
13	土		ごはん	ハッシュ・ド・ビーフ キャベツのゆかりあえ バナナ	シュガーパイ	クリームどらやき
14	日					
15	月	けいろう ひ 敬老の日				
16	火	ほけんしよくいくしどう 保健食育指導	うどん	カレーうどん こまつなとじゃこのしおいため オレンジ	わふうポテト	たきこみごはん
17	水	えいご 英語あそび(4.5歳)	むぎ ごはん	ちくぜんに きゅうりのおかかあえ なつとうののりあえ きのこじる バナナ	もちもちパン	しょくばん オムレット
18	木	りトミック(2.3歳児)	ごはん	わふうハンバーグ コーンとチンゲンサイのいためもの ポトフ パイナップル	オレンジむしパン	グレープゼリー
19	金	えほんよ き 絵本読み聞かせ11:00～ えほんか だ 絵本貸し出し せいきゅうしょはいふよてい 請求書配布予定 ふとんも かえ 布団持ち帰り	ごはん	さかなのごまみそやき こまつなとひじきのあえもの けんちんじる オレンジ	セサミトースト	スイートポテト
20	土		ごはん	わふうちゅうかどん ちゅうかあえ バナナ	ココアパイ	ヨーグルトパン
21	日					
22	月	ひなんぼうはんあんぜんしどう 避難防犯安全指導②	ごはん	マーボーどうふどん もやしのあえもの オレンジ	せんべい	フレンチトースト
23	火	しゅうぶん ひ 秋分の日				
24	水	えいご 英語あそび(4.5歳)	ごはん	やきざかな だいこんとあつあげのもの はくさいじる バナナ	キャロットケーキ	コーンマヨ トースト
25	木	りトミック(0.5歳児)	むぎ ごはん	ぶたにくのしょうがやき かみかみあえ さつまじる オレンジ	ヨーグルトあえ	しおやきそば
26	金	たんじょうびかい 誕生日会 ふとんも かえ 布団持ち帰り	ペッパー ライスふ う	とりのからあげ～おろしかけ～ ナポリタン ゆでブロッコリー ABCスープ パイナップル	あられふ	チョコチップ カップカーキ
27	土		ごはん	チンジャオオロスどん かにずあえ バナナ	カルシウムパイ	きなこトースト
28	日					
29	月	りトミック(1.4歳児) こうざふりかえ 口座振替(JA) こめた ぞう米炊き②	ごはん	さかなのゆかりてんぷら はるさめサラダ かきたまじる オレンジ	カルピスカんてん	ピザトースト
30	火	うんどうかいぜんたいれんしゅう 運動会全体練習① げっかんえほんも かえ 月刊絵本持ち帰り	ラーメン	どさんこラーメン だいこんとささみのサラダ バナナ	ボンデケージョ	カレーピラフ

日中はまだまだ暑い日が続きますが、ほんのり日焼けした子どもたちの姿にたくましさを感じます。9月からは「実りの秋」という言葉があるとおり、おいしい果物・野菜・魚などがたくさん出回る季節です。プランターのさつまいものつるも、子どもたちの愛情と太陽の日差しをいっぱい浴びてすくすく育ち、もうすぐ収穫の時期。どんなさつまいもが出てくるか今から楽しみです。

この時期は季節の変わり目で夏の疲れが出始め、体調を崩しやすい時期でもあります。体調管理に十分気をつけて秋の味覚を楽しみましょう。

また、運動会に向けての練習も始まりますので、パワーの源となる朝ご飯をしっかり食べて元気に園に来て下さいね。

3つの色の食品をそろえてバランスの良い食事！ ～三食食品群～



食べ物に含まれる栄養素の働きをもとに、食品を「あか」「きいろ」「みどり」の3つの色のグループに分類したものを『三食食品群』といいます。毎食、この3つに色の食品をまんべんなくとることで、栄養バランスが整いやすくなります。

あか

体をつくるもと



肉・卵・魚

大豆製品

海藻類

乳製品

きいろ

エネルギーのもと



米・麺・パン類

いも類

糖類

油脂類

みどり

体の調子を整える



野菜類

きのこ類

果物類



防災意識を高めましょう！

9月1日は防災の日です。



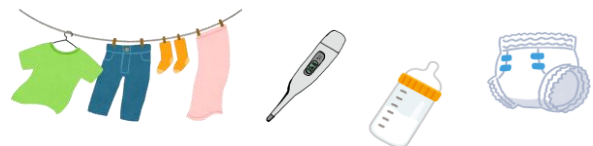
防災の日とは・・・

政府や地方公共団体など関係諸機関をはじめ多くの国民が、台風・豪雨・洪水・高潮・地震・津波等の災害について認識を深めること。災害への備えを充実強化することによって、被害を未然に

☆乳幼児のための非常用持ち出し袋☆

乳幼児がいる家庭では、非常時に必要になってきます。最低3日分は用意しておきましょう。

- | | |
|---------|----------|
| ○オムツ | ○着替え |
| ○常備薬 | ○体温計 |
| ○履き替えの靴 | ○おやつ |
| ○毛布 | ○ミルクと哺乳瓶 |



その他、かさばらない玩具や折り紙など、子どもが好きな遊び道具を入れておくと、避難所で役立ちます。