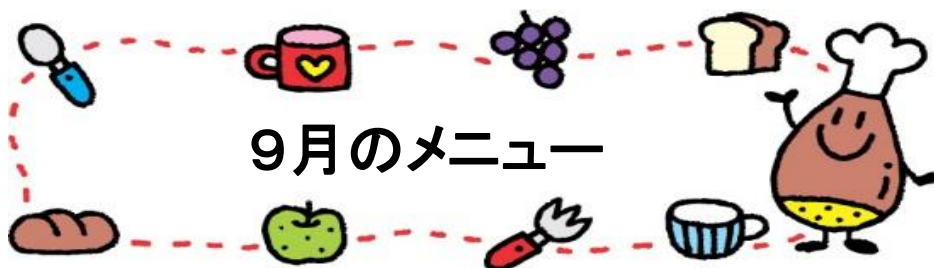


令和 5年度



## 9月のメニュー

1日(金) …… 防災の日  
おにぎり・豚汁・りんご

15日(金) …… 誕生会  
さつま芋ご飯・手羽中のからあげ・なます・つみれ汁・ゼリー

16日(土) …… 弁当の日

※新型コロナウイルスの影響で食品が入手できない物がある為メニューを変更する場合があります。

曜	日	副食	材 料	お や つ
月	4	昭和のナポリタン コーンサラダ クラムチャウダー	スパゲティ・ウインナー・玉葱・ピーマン・マッシュルーム レタス・人参・コーン・胡瓜・トマト・あさり・ベーコン・じゃが芋	ミルク・ぶどう かぼちゃマフィン
	5 19	サバの竜田揚げ 大根サラダ きのこ汁	さば・大根・かいわれ・ブロッコリー・ミニトマト しめじ・えのき・舞茸・人参・玉葱・コーン	お茶 冷やし坦々うどん
水	6 20	鶏の照り焼き マカロニサラダ たまごスープ	鶏肉・ハム・マカロニ・胡瓜・人参・ブロッコリー・トマト 卵・もやし・舞茸・ほうれん草	ミルク・りんご さつま芋タルト
木	7 21	かんぱちのホイル焼き さつま汁	かんぱち・玉葱・しめじ・えのき・椎茸・ズッキーニ 鶏肉・さつま芋・人参・椎茸・牛蒡・大根・こんにゃく・小葱	お茶・大根のぼりぼり漬け スパムおにぎり
金	8 22	きのこあんかけバーグ しらすサラダ ミネストローネ	合挽き肉・椎茸・えのき・しめじ・舞茸・玉葱・パセリ しらす・レタス・サニー・トマト・じゃが芋・セロリ・人参	ミルク・オレンジ クロックムッシュ
土	9	シチュー サラダ	鶏肉・じゃが芋・人参・玉葱 レタス・トマト	牛乳・フルーツ クッキー
月	11 25	トマトチーズカレー ツナサラダ 梨	豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・ほうれん草 ツナ缶・サニー・パプリカ・胡瓜・トマト・梨	お茶・抹茶ディアマンクッキー フルーツヨーグルト
	12 26	鮭のきのこクリームソース コンソメスープ	鮭・しめじ・舞茸・玉葱・ほうれん草 ベーコン・じゃが芋・人参・コーン・パセリ	お茶 すだちそうめん
水	13 27	ごま味噌とんかつ キャベツの千切り なめこのみぞれ汁	豚肉・キャベツ・ブロッコリー・トマト 大根・牛蒡・人参・なめこ・三つ葉	ミルク・梨 たこさんドッグ
木	14 28	白身魚のチーズピカタ ポテトサラダ オニオンスープ	白身魚・卵・粉チーズ・バジル・じゃが芋・人参・胡瓜 ベーコン・コーン・トマト・ブロッコリー・玉葱・パセリ	ミルク・りんご たまごサンド
金	29	牛肉のロール煮込み 五色和え 里芋の味噌汁	牛肉・いんげん・人参・えのき・しめじ・人参・コーン・もやし 里芋・ナス・油揚げ・葱・胡瓜・ミニトマト	ミルク・うさぎクッキー スイートポテト
土	2 30	そぼろ丼 ごま和え	鶏ミンチ・卵 ほうれん草・人参・胡瓜・ミニトマト	牛乳・フルーツ 蒸しパン



# 9月の給食だより



認定こども園 日章  
佐藤 萌

9月に入り、虫の音とともに秋が近づいてきました。  
夏の疲れが出やすいこの時期、まずはゆっくり休めることが大切です！  
夜は早めに布団に入り、睡眠をたっぷりとりましょう♪  
今月も、旬の食材がたくさん入っていますので秋を感じながら味わいましょう！！



## 9月1日は、防災の日です！！！！

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もあり、台風が多いとされる二百十日から制定されました。

本当に必要な防災グッズ10選！！これもあると便利5選！！

- ①飲料水  
ひとりあたり3ℓ×3日分  
非常用給水袋  
スポーツドリンク
- ②食料  
人数×3日分  
乾パン・缶詰・チョコレート
- ③モバイルバッテリー
- ④簡易トイレ  
ウエットティッシュ・紙おむつ
- ⑤ホイッスル

- ⑥防寒具・アルミブランケット
- ⑦ラジオ
- ⑧靴・スリッパ
- ⑨ガムテープ・軍手
- ⑩救急セット  
絆創膏・消毒液・包帯・三角巾・マスク

- ①小型テント
- ④紙おむつ
- ②保険証のコピー
- ⑤現金
- ③お気に入りのおもちゃ  
(こどもがいる家庭)

備えあれば憂いなし！自然災害はいつ起こるか分かりません。大切な家族を守る為にも準備しておきま



「**地産地消**」は、こどもたちが地域の特産物を身近に感じることでいい機会です。  
旬の食材で季節を感じ、地域の特産物や伝統食などを通じて地域への関心や愛着を深め、  
感謝の気持ちをもった豊かな人間に育てましょう！！

宮崎の生産量 日本1の食材を知っておきましょう♪

きんかん・日向夏・きゅうり・里芋・ブロイラー(鶏肉)・カツオ・チョウザメ・宮崎牛

自慢の県産品をたくさん食べて消費していきましょう！！