



ひばり保育園 9月の献立&行事予定



月	火	水	木	金	土	
エネルギー・・・576kcal たんぱく質・・・20.4g 太字は園行事です。	～9月1日は「防災の日」です～ ○9月1日は関東大震災が起きた日で、「防災の日」になっています。近年は、温暖化の影響からか異常気象による大雨などの被害も多くあります。食材などの災害時の備えを見直しをする機会にしてみましょう。 ○ローリングストック法による備蓄をしましょう。 いつも買う食材を多めに買い、消費しながら備蓄する方法です。無理なく備蓄ができます。 長期保存が可能な備蓄食品や、缶詰などは、子ども向けの味付けではないものが多いです。 たくさん買い置きをする前に味見をしてみるとよいですね。また、子ども用のレトルトカレーなどを備蓄しておきましょう。				1 焼きそば ブロッコリーのおかか和え チーズ スープ フルーツサンド・M ひばりっこまつり 	2 ふりかけご飯 ポークビーンズ マカロニサラダ スープ おかし・M
	4 ご飯 豚肉のしょうが焼き わかめサラダ みそ汁 フルーチェ・麦茶	5 スパゲティミートソース ツナサラダ フルーツ スープ ホットサンド・M	6 ご飯 鮭のムニエル ポテトサラダ みそ汁 お好み焼き・M 避難訓練 	7 ご飯 はんぺんフライ ひじき納豆 みそ汁 りんごケーキ・M	8 ふりかけご飯 花しゅうまい もやしのナムル スープ マシュマロクリスピー・M	9 わかめうどん フルーツ クロワッサン・M
	11 青菜ご飯 鶏のさっぱり煮 キャベツの昆布和え みそ汁 ポテトフライ・M	12 カレーライス きゅうりの酢の物 チーズ スープ コーンフレーク・M	13 冷やしきつねうどん フルーツ おにぎり・麦茶	14 ご飯 かじきのおろし煮 大豆サラダ みそ汁 チーズドッグ・M ひまわり組クッキング	15 お弁当 バウムクーヘン&おせんべい・J お弁当デー 	16 野菜たっぷりうどん チーズ クロワッサン・M
18 敬老の日 	19 わかめご飯 レバーの南蛮揚げ はるさめサラダ みそ汁 サブレ&おせんべい・M	20 お楽しみメニュー ケーキ・M お誕生日会 	21 ご飯 白身魚のみそ焼き 炒り鶏 すまし汁 フルーツゼリー・M	22 ふりかけご飯 ちくわの磯辺揚げ ほうれん草の納豆和え みそ汁 スイートポテト・M	23 秋分の日 	
25 ふりかけご飯 豚肉の野菜巻き コーンサラダ スープ スティックパイ・M	26 ご飯 マグロカツ 肉じゃが みそ汁 クッキー&おせんべい・J 防犯訓練	27 ご飯 ハンバーグ 切干煮 みそ汁 ロールカステラ・M	28 しょうゆラーメン フルーツ ホットドッグ・M	29 ご飯 牛肉とれんこんの甘辛炒め チーズサラダ みそ汁 お月見ドーナツ・M	30 ふりかけご飯 照り焼きチキン キャベツのソテー スープ おかし・M	