

# 9がつのこんだて

しらかば認定こども園

日	曜日	全児童			3歳未満児
		昼食	主食	3時おやつ	10時おやつ
1	月	鶏肉のごまみそ焼き 炒り卵あえ くだもの	みそ汁	ごはん	牛乳 大学芋
2	火	ほっけの塩焼き 筑前煮	みそ汁 くだもの	ごはん	牛乳 きな粉蒸しパン
3	水	カレー 大根サラダ	お茶 くだもの	カレーライス	牛乳 二色サンド
4	木	鶏のから揚げ ポテトサラダ	きのこスープ くだもの	バターパン	牛乳 ホットケーキ
5	金	煮込みハンバーグ マカロニサラダ	みそ汁 くだもの	ごはん	ソーメン汁
6	土	肉うどん 枝豆	くだもの		牛乳 お菓子
8	月	かみなり豆腐 キャベツの中華あえ	みそ汁 くだもの	ごはん	牛乳 シュガーラスク
9	火	たらのフライ ブロッコリーソテー	コンソメスープ くだもの	米粉パン	牛乳 いももち
10	水	チキンチキンごぼう 梅かつおあえ	みそ汁 くだもの	ごはん	牛乳 揚げパン
11	木	さばのバーベキュースースかけ ごまおかかあえ	みそ汁 くだもの	ごはん	牛乳 スコーン
12	金	すり身揚げ なめたけあえ	みそ汁 くだもの	ごはん	お茶 おにぎり
13	土	野菜ラーメン 枝豆	くだもの		牛乳 お菓子
16	火	かぼちゃコロッケ スペゲティー添え	小松菜スープ くだもの	レーズンパン	牛乳 クラッカーサンド
17	水	親子煮 しらすあえ	みそ汁 くだもの	ごはん	牛乳 にんじんクッキー
18	木	ほっけの照り焼き 五目きんぴら	みそ汁 くだもの	ごはん	牛乳 ホットドック
19	金	マーボー豆腐 磯香あえ	春雨スープ くだもの	ごはん	牛乳 アップルケーキ
20	土	スパゲティーナボリタン 野菜スープ	チーズ くだもの		牛乳 お菓子
22	月	鮭の塩焼き さつま揚げと大根の炒め煮	みそ汁 くだもの	ごはん	ミニラーメン
24	水	鶏肉のさつぱり焼き ごまおかかあえ	すりみ汁 くだもの	ごはん	牛乳 おからマフィン
25	木	ジャムパン コールスローサラダ	エビフライ くだもの	パンプキンスープ	おたんじょう会
					プリン
26	金	ミニ遠足			ジュース お菓子
27	土	やきそば チーズ	コンソメスープ くだもの		牛乳 お菓子
29	月	すきやき ツナあえ	みそ汁 くだもの	ごはん	牛乳 ピザトースト
30	火	肉じゃが もやし炒め	みそ汁 くだもの	ごはん	お茶 おにぎり

9月1日は  
防災の日



災害備蓄は  
ローリングストックで！！

大正12年（1923年）9月1日に関東大震災が発生した日です。

この震災を教訓として、一人ひとりの防災対策の重要性を伝えるため、「防災の日」とされました。日本は、地震だけでなく、河川の氾濫、豪雪などの自然災害が発生しやすい国です。様々な災害に備え、日頃からの防災対策をしっかりとおきましょう。

災害が起きると、電気、ガス、水道などのライフラインが止まることがあります。また、物流が停止し、食糧などの物資が届かないこともあります。

災害備蓄として、最低3日分の水分や食糧が必要と言われていますが、日常的に使う食品を少し多めに購入し、賞味期限が来る前に食べきり、新しい物を保存することを繰り返す

「ローリングストック」で、無理のない災害備蓄をしていきましょう。

また、災害直後は調理ができないこともありますので、火を使わなくてもよい食品も準備しておくとよいと思います。

\* 行事、物資等の都合により、献立を変更する場合もありますのでご了承下さい。