



9月の給食だより

☆9月は防災月間です☆

昨今、日本中で大きな地震が多発しています。今年の元日には能登半島地震、お盆前には宮崎県日向灘で震度6弱の揺れを観測した大地震がありました。先月の大地震では、発生後1週間以内の「巨大地震注意情報」が気象庁より発表されました。乳児院では日常生活を送りながらも、防災バッグを廊下に備え、懐中電灯の使用方法や備蓄食材の置き場を再確認しました。いつ起きるか分からない大災害に備えて、防災バッグの準備やご家庭での備蓄をしていきましょう！

・・・家庭備蓄って実際どんなもの・・・

《 食材 》

主食

エネルギー源
となるもの



主菜

たんぱく質を
含むおかず



副菜・その他

ビタミン・ミネラル
食物繊維を含むもの



子ども用品

液体ミルクやベビーフードなどは、
すぐに飲め、食べられるので安心です



水

大人1人あたり
1日 3L×家族分



《 熱源・光源 》



災害時は、電気やガスが止まってしまう事があります。念の為、準備しておきましょう！



備蓄品は「賞味期限が切れる前に食べて、
また買い足して」を繰り返しましょう！

☆3日分～1週間分の備蓄が必要といわれています。少しずつ備蓄していきましょう。

☆普段食べ慣れている食材・食品をストックしておく、安心ですね。

例)・カップ麺…時間はかかりますが、水でも戻すことができます。

- ・缶詰……火も水も使わず、そのまま食べられます。
- ・お菓子……常温で保存できるものが多いです。心の癒しにもなります。



きいろグループ ☆みんなで混ぜ混ぜ楽しいヨーグルト作り☆

おやつ時間にフルーツヨーグルトを作りました。子どもたちと一緒にスプーンでバナナを切ったり、みかん・ヨーグルトをお皿に入れました。混ぜながら「おいしそう」「果物いっぱい！」とにこにこ顔の子どもたち♪



食べ始めると口の周りを真っ白にしなが、夢中でたくさんおかわりしていました！その後、遊んでいる時も「ヨーグルトおいしかったね」「一緒に作ったね」と話していて、子どもたちと美味しく楽しい時間を過ごすことができました☆



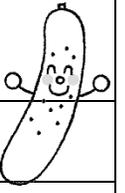
きいろグループ 大畑



9月 予定献立表

すみれ乳児院 2024年 9月 1日発行

月日	曜日	朝食	昼食	間食	夕食
1日 15日 29日	(日)	食パン チーズ ミックスキャロット キャベツツナソテー	1、15日： ご飯、豚肉の炒め物 長芋の煮物、みそ汁、果物 29日： ご飯、鶏の照り焼き ごぼうの煮物、みそ汁、果物	市販菓子 牛乳	1日【お誕生日献立】 おにぎり・みかん缶(当該Gのみ) から揚げ、スープ、フライ風ポテト 15、29日： 中華丼、はるさめスープ
2日 16日 30日	(月)	ごはん ふりかけ ミートボール みそ汁	2日、16日： ご飯、豆腐とエビの塩炒め れんこんの煮物、みそ汁、果物 30日： さわやかご飯、さわらのゴマみそ焼き じゃがいものおかか和え みそ汁、果物	2日、16日： おかかおにぎり、お茶 30日：カルピスゼリー、お茶	2日： ご飯、いわしのさんか焼き キャベツの煮物、すまし汁 16日【お誕生日献立】 カレーライス、フライドさつまいも トマトスープ、フルーツポンチ 30日： ご飯、豚の変わり焼き なすのゴマ和え、すまし汁
3日 17日	(火)	パン2種・チーズ バナナ・牛乳	ご飯 さわらの西京焼き 大根の田舎煮 すまし汁、果物	3日： コーンフレーククッキー、牛乳 17日【十五夜・お月見】 かぼちゃ団子、お茶	ご飯 豚の変わり焼き 納豆和え みそ汁
4日 18日	(水)	炊き込みご飯 みそ汁	ご飯、ほうれん草の卵焼き 切干大根の煮物 みそ汁、果物	ヨーグルト・市販菓子 お茶	そうめん 春巻き
5日 19日	(木)	パン みかん缶 飲むヨーグルト	ご飯、鶏のマーマレード焼き チリコンカン スープ、果物	フライドさつまいも 牛乳	5日： 鮭おにぎり、お好み焼き、みそ汁 19日【お誕生日献立】 カレーライス、ミートボール フライ風ポテト、フルーツヨーグルト
6日 20日	(金)	ごはん ふりかけ みそ汁	6日：カレーライス にんじんソテー、果物 20日： ご飯、鮭の塩焼き しる菜の煮物、みそ汁、果物	蒸しパン 牛乳	ご飯 から揚げ きゅうりサラダ すまし汁
7日 21日	(土)	パン2種・バナナ ヨーグルト・牛乳	ミートソーススパゲティ かぼちゃのミルク煮、果物	きな粉おにぎり お茶	ご飯、豆腐ハンバーグ ブロッコリー、みそ汁
8日 22日	(日)	食パン・チーズ ミックスキャロット キャベツツナソテー	ご飯、さばの塩焼き 高野豆腐の煮物 みそ汁、果物	市販菓子 牛乳	三色丼 肉じゃが
9日 23日	(月)	ごはん・ふりかけ ミートボール みそ汁	ご飯、松風焼き おじゃがとじゃこの和え物 すまし汁、果物	オレンジゼリー お茶	ご飯、アジフライ キャベツのゴマ和え みそ汁
10日 24日	(火)	パン2種・バナナ ブロッコリー・牛乳	ご飯、さわらの梅焼き 小松菜の煮炒め物、みそ汁、果物	シュガートースト 牛乳	ご飯、鶏天 納豆和え、すまし汁
11日 25日	(水)	炊き込みご飯 みそ汁	ご飯、ミートオムレツ じゃがいものトマト煮、スープ、果物	ヨーグルト・市販菓子 お茶	とんこつ風ラーメン れんこん土佐煮
12日 26日	(木)	パン みかん缶 飲むヨーグルト	12日： ご飯、肉豆腐 ごぼうの土佐煮、みそ汁、果物 26日【防災炊出し訓練】 α化米、レトルトカレー、バナナ	いもようかん 牛乳	12日： ご飯、レバー団子のクリーム煮 にんじんグラッセ、スープ 26日： ご飯、アジてりばーぐ 白菜の煮物、すまし汁
13日 27日	(金)	ごはん・ふりかけ みそ汁	ハヤシライス マカロニサラダ 果物	ドーナツ 牛乳	ご飯 カレーの磯辺焼き オクラの和え物、みそ汁
14日 28日	(土)	パン2種・バナナ ヨーグルト・牛乳	わかめうどん 高野豆腐の煮物 果物	じゃこおにぎり お茶	ご飯 さばの味噌煮 キャベツの煮物、すまし汁



～9月の予定～

★9月17日【十五夜・お月見】 おやつ：かぼちゃ団子、お茶

★9月26日【防災食：炊出し訓練】

昼食：α化米、レトルトカレー、バナナ

※災害時を想定して、備蓄食材を使って屋外での炊き出しを行います。

★朝食・パンのお買い物……11日、18日、25日

☆今月のお誕生日献立☆

9月 1日

9月16日

9月19日

