



9月の園だより



日中は夏と変わらないような暑い日もありますが、園庭に飛び交うとんぼが秋の訪れを感じさせます。

来月の運動会に向けて少しずつ練習も始まります。体調管理に気を付けて過ごしていきたいですね。



行事予定

- | | |
|--------|--|
| 1日(火) | 防災の日 園児引き渡し訓練
※3時30分災害発生と想定
板橋区巡回指導 角井先生来園 |
| 11日(金) | 松組祖父母交流会 |
| 21日(月) | 敬老の日(休園) |
| 22日(火) | 国民の休日(休園) |
| 23日(水) | 秋分の日(休園) |
| 24日(木) | 0歳児健康診断(平山医師来園) |

体操教室 松竹梅(小川先生)
9/8(火)、29(火)

英会話 松(Mrs ワダ)
9/7(月)

科学遊び 松(学研より)
9/18(金)

☆月末身体測定

☆防災の日☆



9月1日(月) 園児引き渡し訓練 ※3時30分災害発生と想定
大災害が3時30分に起きたと想定して、職場または自宅から保育園にお迎えをお願いします。

- ・各クラスにお迎えをお願いします。
- ・引取りの際にはクラス名、園児名をはっきりと告げ、速やかに降園して下さい。
- ・勤務先、帰宅ルート、電話番号、緊急連絡先等変更のある方は、お知らせ下さい。(10月には緊急時基本情報を再確認させていただきます。)

8月のトピックス



まつ 水遊び ♡ 水鉄砲のかけあいっこや
キラキラ宝石集めをしたりと
暑さに負けずに楽しんでいます☺🎵



たけ
LaQで何作ろうかな?? ☺



うめ
8月の製作は、折り紙で「すいか」のちぎり絵に
挑戦しました🍷 みんな真剣です☺

一般財団法人日本婦人衛生会
第一保育園

R8.8.31 (澤田 記)



さくら
曲に合わせてみんなで合奏!?
楽器って面白いな～💎



もも
噴水マットの周りでお水遊び楽しいねえ💎



つぼみ
遊び途中の水分補給もバッチリ!!
「おみじゅ、おいち～💎」

食育だより

8月食育活動案内

- 19日 食品展示(夏の野菜)
- 22日 郷土料理(新潟県)
- 25日 お誕生日会
- 27日 各国の料理(スリランカ) ※夏季
保育中は、クッキング等はお休みでした。

9月食育活動案内

- 1日 防災食訓練
- 9日 絵本ランチ(美女と野獣)
- 17日 郷土料理 鹿児島県
- 18日 食品展示(秋の果物)
- 25日 お月見献立 & お誕生日会献立
- 30日 お祭り屋台

9月の献立コンセプト

【夏の疲れた身体を食事で補う】

栄養を吸収しやすい食材の組み合わせに重点をおいて、夏バテした身体をしっかりケアする。

【夏の疲れた身体を補うもの】

酸 疲労を予防しカルシウムの吸収率も上げる

発酵食品 (納豆・キムチ・味噌・しょうゆ等) 栄養をスムーズに吸収

抗酸化食品 免疫力をつけ身体を守る

ビタミンD (きのこ・しゃけ・大豆など) 免疫のバランスを保つ

緑黄色野菜 栄養のバランスを保つ

疲れた身体にしっかり栄養補給 ✨

令和8年

9月 給食献立表

一般財団法人日本婦人衛生会 第一保育園

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	延長補食
1	火	《防災の日 防災食訓練》 わかめご飯(非常食) ツナコーン(非常食) 食べる煮干し ぶりぶりきゅうりみそ(非常食) フルーツ(缶) 天然水	緑黄色野菜ジュース 天然水 非常食お菓子	まぐろ油漬缶詰・淡色辛みそ・煮干し	ご飯・いりごま・ごま油・しょうゆせんべい	にんじんジュース・塩わかめ・コーン缶詰・きゅうり・パインアップル缶詰	麦茶 おやつ
2	水	中華風炊き込みごはん かじきまぐろの甘酢あんかけ サラダ菜 しらたきとツナのサラダ プチトマト ねぎの中華スープ ☆ラッキーマロン メロン 牛乳	緑黄色野菜ジュース 麦茶 ベーコンチーズマフィン	ぶたひき肉・まぐろ水煮缶詰(白)・普通牛乳・めかじき・調整豆乳・ベーコン・プロセスチーズ	ご飯・調合油・ごま油・しらたき・いりごま・片栗粉・砂糖	にんじんジュース・にんじん・こまつな・サラダ菜・ミニトマト・もやし・きゅうり・長ねぎ・えのきたけ・メロン・たまねぎ・トマトケチャップ	麦茶 おやつ
3	木	鮭としらすの冷やし茶漬け キムチチーズミルフィーユかつ さっぱり大根おろしソース かぼちゃとチーズのカレーサラダ サラダ菜 プチトマト りんご 牛乳	緑黄色野菜ジュース 麦茶 お子様クリームブリュレ カルシウムせんべい	焼きさけ・しらたき・うなぎがけ焼き・ぶたローソ・プロセスチーズ・ゼラチン・普通牛乳・調整豆乳・生クリーム	ご飯・いりごま・薄力粉・パン粉・調合油・じゃがいも・フレンチドレッシング・マヨネーズ・砂糖・グラニュー糖・しょうゆせんべい	にんじんジュース・刻み昆布・焼きのり・こねぎ・トマトケチャップ・サラダ菜・だいこんの葉・くりにかぼちゃ・キャベツ・ブロッコリー・コーン缶詰・ミニトマト・りんご	麦茶 おやつ
4	金	焼きチーズドック ブロッコリーのフレンチサラダ コーンスープ サラダ菜 プチトマト オレンジ 牛乳	緑黄色野菜ジュース 麦茶 さっぱり梅豚おにぎり	ウインナーソーセージ・プロセスチーズ・まぐろ油漬缶詰・普通牛乳・調整豆乳・ぶたひき肉	コッペパン・有塩バター・フレンチドレッシング・マヨネーズ・ご飯	にんじんジュース・キャベツ・ブロッコリー・レタス・さやいんげん・にんじん・きゅうり・コーン缶詰・ミニトマト・オレンジ・梅ひしお	麦茶 おやつ
5	土	お肉たっぷりカレーライス ハッシュドポテト ブロッコリー プチトマト オレンジ 麦茶	緑黄色野菜ジュース 麦茶 カルシウム鉄お菓子	ぶたかた肉・鶏ひき肉・調整豆乳	ご飯・じゃがいも・調合油・しょうゆせんべい・ハードビスケット	にんじんジュース・たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・なす・青ピーマン・ホールトマト・ブロッコリー・トマト・オレンジ	野菜ジュース おやつ
7	月	玄米ご飯 彩りチャプチェ いんげんのツナマヨサラダ ひとくち焼き芋 梨 牛乳	緑黄色野菜ジュース 麦茶 カルピスもちもちドーナツ	ぶたかた肉・牛かた(赤肉)・淡色辛みそ・まぐろ油漬缶詰・普通牛乳・乳酸菌飲料	ご飯・ごま油・緑豆はるさめ・片栗粉・マヨネーズ・さつまいも・米粉・調合油・グラニュー糖	にんじんジュース・にんじん・たまねぎ・りょうりょうもやし・青ピーマン・たけのこ水煮缶詰・さやえんどう・さやいんげん・きゅうり・キャベツ・コーン缶詰・なし	麦茶 おやつ
8	火	ミートカレーパスタ 鮭のチーズパン粉焼き サラダ菜 ツナとしめじのサラダ プチトマト コンソメスープ バナナ 牛乳	緑黄色野菜ジュース 麦茶 ガーリックパン	ぶたひき肉・鶏ひき肉・調整豆乳・パルメザンチーズ・さけ・まぐろ油漬缶詰(白)・普通牛乳・調整豆乳	マカロニ・スパゲティ・調合油・オリーブ油・有塩バター・パン粉・強力粉・砂糖・発酵バター	にんじんジュース・にんじん・たまねぎ・マッシュルーム・トマトケチャップ・グリーンピース・サラダ菜・キャベツ・トマト・きゅうり・ぶなしめじ・コーン・レタス・ミニトマト	麦茶 おやつ
9	水	絵本ランチ《美女と野獣》 ベルのターメリックライス ハッシュドビーフ 薔薇のにんじん 薔薇のマッシュポテト サラダ菜 トマトスープ メロン 牛乳	緑黄色野菜ジュース 麦茶 薔薇のカップケーキ	ぶたもも・牛かた(赤肉)・生クリーム・普通牛乳・調整豆乳・ホイップクリーム	ご飯・調合油・砂糖・薄力粉・発酵バター・乾燥マッシュポテト・有塩バター・じゃがいも・オリーブ油・粉糖	にんじんジュース・たまねぎ・マッシュルーム・ホールトマト・トマトケチャップ・にんじん・さやいんげん・サラダ菜・キャベツ・にんにく・メロン・レモン果汁・マンゴー・乾	麦茶 おやつ
10	木	押し麦ごはん マーボラーハンバーグ(大豆ミート) さっぱり鉄分サラダ 夏野菜のみそ汁 りんご 牛乳	緑黄色野菜ジュース 麦茶 カルシウム パインスティッククッキー	木綿豆腐・ぶたひき肉・大豆たんぱく・赤色辛みそ・牛ひき肉・鶏ひき肉・調整豆乳・まぐろ油漬缶詰・淡色辛みそ	ご飯・押麦・むぎごま・ごま油・砂糖・片栗粉・ラード・パン粉・薄力粉・有塩バター・ノンフライアーモンド	にんじんジュース・長ねぎ・にんじん・乾しいたけ・にら・トマトケチャップ・たまねぎ・りんご・サラダ菜・ほうれんそう・こまつな・キャベツ・乾ひじき・きゅうり・ごぼう・りん	麦茶 おやつ
11	金	ご飯 厚揚げそぼろ炒め 切り干し大根の三色ナムル プチトマト オレンジ 牛乳	緑黄色野菜ジュース 麦茶 カルシウムチーズポテト	生揚げ・ぶたひき肉・普通牛乳・プロセスチーズ	ご飯・ごま油・砂糖・いりごま・じゃがいも・片栗粉・マヨネーズ	にんじんジュース・にんじん・にら・もやし・切干だいこん・こまつな・コーン缶詰・ミニトマト・オレンジ・トマトケチャップ	麦茶 おやつ
12	土	おかめうどん ハッシュドポテト ブロッコリー プチトマト オレンジ 麦茶	緑黄色野菜ジュース 麦茶 カルシウム鉄お菓子	ぶたかた肉・油揚げ・煮しめかまぼこ	ゆでうどん・砂糖・薄力粉・調合油・じゃがいも・いりごま・ゆせんべい・ハードビスケット	にんじんジュース・塩わかめ・こねぎ・ブロッコリー・ミニトマト・オレンジ	野菜ジュース おやつ
14	月	きのこトマトのピラフ タンドリーチキン パプリカときゅうりのマリネ サラダ菜 梨 牛乳	緑黄色野菜ジュース 麦茶 スイートポテトマフィン	ベーコン・まぐろ水煮缶詰・若鶏もも・プレーンヨーグルト・普通牛乳・調整豆乳	ご飯・オリーブ油・調合油・砂糖・さつまいも・いりごま	にんじんジュース・たまねぎ・ぶなしめじ・生しいたけ・マッシュルーム・ホールトマト・ホールピーマン・黄ピーマン・ズッキーニ・オクラ・コーン缶詰・なし	麦茶 おやつ
16	水	涼拌三絲たぬきうどん(焼き豚・油揚げ) 旬のかんぱちのあさつきみそ焼き サラダ菜 もりもりカルシウムの白和え りんご 牛乳	緑黄色野菜ジュース 麦茶 ぶりぶりごぼう ツナ炊き込みおにぎり	蒸しかまぼこ・焼き豚・鶏ささ身・淡色辛みそ・油揚げ・かんぱち・木綿豆腐・まぐろ油漬缶詰(白)	ゆでうどん・砂糖・むぎごま・ごま油・薄力粉・調合油・マヨネーズ・片栗粉・ご飯	にんじんジュース・きゅうり・こねぎ・サラダ菜・にんじん・ほうれんそう・こまつな・コーン缶詰・バナナ・ごぼう	麦茶 おやつ
17	木	《郷土料理》鹿児島 鶏飯 豚みそ サラダ菜 さつまいもといんげんのごま和え プチトマト りんご 牛乳	緑黄色野菜ジュース 麦茶 ボン菓子	ゆで鶏ささ身・ぶたもも・大豆水煮缶詰・淡色辛みそ・削り節・普通牛乳・調整豆乳	ご飯・砂糖・調合油・いりごま・さつまいも・むぎごま・黒砂糖	にんじんジュース・乾しいたけ・にんじん・こねぎ・たくあん漬・焼きのり・しょうが・長ねぎ・サラダ菜・さやいんげん・コーン缶詰・ミニトマト・りんご	麦茶 おやつ
18	金	十六穀米 いわし豆腐ハンバーグ サラダ菜 ひじきと根菜の煮物 プチトマト なめこの味噌汁 ☆食品展示 オレンジ 牛乳	緑黄色野菜ジュース 麦茶 石焼き芋	いわし・鶏ひき肉・木綿豆腐・調整豆乳・油揚げ・淡色辛みそ・普通牛乳	ご飯・玄米・いりごま・片栗粉・砂糖・しらたき・しょうゆせんべい・さつまいも	にんじんジュース・たまねぎ・乾ひじき・れんこん・にんじん・ごぼう・ゆでたまご・なめこ水煮缶詰・長ねぎ・えのきたけ・サラダ菜・ミニトマト・オレンジ	麦茶 おやつ
25	金	《お月見&お誕生日会献立》赤飯 赤飯 まんまるスコッチチーズ うなぎ魚肉ソーセージ ブロッコリー お月様風たこ焼きポテト ツナトマトパスタサラダ オレンジ 牛乳	緑黄色野菜ジュース 麦茶 まんまるお月見 ココナッツクリームパン	ぶたひき肉・牛ひき肉・鶏卵・うずら卵水煮缶詰・魚肉ソーセージ・ゆでたまご・削り節・まぐろ油漬缶詰・調整豆乳・ホイップクリーム・生クリーム	赤飯・いりごま・パン粉・薄力粉・調合油・じゃがいも・マヨネーズ・マカロニ・スパゲティ・砂糖・オリーブ油・強力粉・グラニュー糖	にんじんジュース・たまねぎ・トマトケチャップ・キャベツ・あおのり・ホールトマト・ブロッコリー・サラダ菜・オレンジ	麦茶 おやつ
29	火	納涼会風手作り具沢山ピザパン さっぱり春雨サラダ 星ポテト オニオンスープ サラダ菜 バナナ 牛乳	野菜ジュース 麦茶 カラフルココアバナナ	ベーコン・プロセスチーズ・普通牛乳	強力粉・砂糖・オリーブ油・はるさめ・調合油・じゃがいも・メープルシロップ・粉糖	にんじんジュース・たまねぎ・青ピーマン・黄ピーマン・赤ピーマン・コーン缶詰・トマトケチャップ・トマトピューレ・きゅうり・にんじん・キャベツ・サラダ菜・バナナ	麦茶 おやつ
30	水	《おまつり屋台献立》 焼きそば ナポリタン たこ焼き からあげ フランクフルト チーズ揚げ みかん 野菜のあさづけ 緑黄色野菜ジュース	緑黄色野菜ジュース 麦茶 お楽しみお菓子くじ	ぶたひき肉・鶏ひき肉・ベーコン・パルメザンチーズ・鶏もも・ウインナーソーセージ・プロセスチーズ・しいたけ・削り節	中華めん・調合油・マカロニ・スパゲティ・有塩バター・片栗粉・薄力粉・マヨネーズ・しょうゆせんべい	にんじんジュース・にんじん・キャベツ・青ピーマン・あおのり・たまねぎ・れんこん・マッシュルーム・ホールトマト・トマトケチャップ・ミニトマト・きゅうり・だいこんの葉・メロ	麦茶 おやつ

- ・おやつは緑黄色野菜ジュースは、10時のおやつで乳児のみです。(砂糖不使用)
- ・食材産地は業者に限定して発注しております。
- ・おやつは、☆カルシウム強化☆を心掛けております。
- ・2回繰り返し献立で予定献立なので変更する場合がありますことを予め御了承願います。
- ・1日(月)は、防災食訓練です。
- ・9日(火)は、絵本ランチです。今日は「美女と野獣」です。
- ・17日(木)は、鹿児島県の郷土料理です。
- ・18日(金)は、食品展示で秋の果物です。
- ・25日(金)は、お月見献立です。
- ・25日(金)は、お誕生日会ランチです。
- ・30日(水)は、おまつり屋台献立です。
- ・毎日、栄養量は、給与栄養目標量の±10%以内に調整してあります。

	乳児		幼児		※延長補食 のおやつ アレルギー 対応で手作り を心掛けて おります。
	たんぱく質	エネルギー	たんぱく質	エネルギー	
給与栄養目標量	17.9g	510kcal	21.2g	605kcal	
9月献立平均	19.4g	522kcal	22.1g	614kcal	

《お願い・お知らせ》1・2歳児クラスは、エビ・カニ等甲殻類、貝類、たらこ・いくら等の魚卵類は、提供はなく、他の食品に代替えています。(アレルギー等の懸念のため)また、1歳児クラスは、中華麺、スパゲティなどは半年間は食べやすいうどんやそうめん代替えています。毎月大変ですが、献立の材料をよく確認して、食べた事のない食材は提供日までににお家で試して頂けますよう宜しくお願いします。お手数おかけいたします。

管理栄養士 年綱 調理師 濱道 栄養士 加藤 須田

食育だより

8月食育活動案内

- 19日 食品展示(夏の野菜)
- 22日 郷土料理(新潟県)
- 25日 お誕生日会
- 27日 各国の料理(スリランカ) ※夏季
保育中は、クッキング等はお休みでした。

9月食育活動案内

- 1日 防災食訓練
- 9日 絵本ランチ(美女と野獣)
- 17日 郷土料理 鹿児島県
- 18日 食品展示(秋の果物)
- 25日 お月見献立 & お誕生日会献立
- 30日 お祭り屋台

9月の献立コンセプト

【夏の疲れた身体を食事で補う】

栄養を吸収しやすい食材の組み合わせに重点をおいて、夏バテした身体をしっかりケアする。

【夏の疲れた身体を補うもの】

酸 疲労を予防しカルシウムの吸収率も上げる

発酵食品 (納豆・キムチ・味噌・しょうゆ等) 栄養をスムーズに吸収

抗酸化食品 免疫力をつけ身体を守る

ビタミンD (きのこ・しゃけ・大豆など) 免疫のバランスを保つ

緑黄色野菜 栄養のバランスを保つ

疲れた身体にしっかり栄養補給 ✨

令和8年 9月 つぼみ組 離乳食献立表

第一保育園

日付	曜日	午前9:30	午前11:00 (麦茶付)	午後3:00 (調整粉乳・麦茶付)
1	火	ミルク・果物	[防災の日・防災避難訓練]おかゆ・4種の根菜と鶏ささみ	防災用米粉クッキー
2・15	水	ミルク・果物	かじきまぐろのあんかけごはん・ころころ野菜サラダ・メロン	豚ひき肉と夏野菜の炊き込みごはん・キャベツのトマト和え
3・24	木	ミルク・果物	鮭のあんかけ丼・かぼちゃのサラダ・ころころトマト・バナナ	根菜の和風そうめん・にんじんの白和え
4	金	ミルク・果物	さつまいもスティックパン・ブロッコリーと豆腐のスープ・オレンジ	鶏ひき肉の炊き込みごはん・かみかみコーンサラダ
5・19	土	ミルク・果物	鶏と野菜のリゾット・レバーと野菜の洋風煮込み・オレンジ	鮭とほうれん草の雑炊・筑前煮
7・28	月	ミルク・果物	豚肉ともやしのあんかけ丼・いんげんのサラダ・すいか	ころころさつまいもごはん・キャベツのしらす和え
8	火	ミルク・果物	鮭トマトうどん・きのこときゅうりのサラダ・バナナ	鶏とほろごはん・根菜のさっぱり煮・トマト
9	水	ミルク・果物	コンソメライス・豚肉のケチャップソテー・マッシュポテト・メロン	豆腐とにんじんのあんかけごはん・ころころ野菜の和風サラダ
10	木	ミルク・果物	夏野菜のさっぱりあんかけ丼・やわらかハンバーグ・バナナ	しらすとチンゲン菜の炊き込みごはん・おいもの煮物
11	金	ミルク・果物	鶏とほろの三色丼・かみかみ大根のサラダ・オレンジ	ツナトマトリゾット・オニオンポテトサラダ
12・26	土	ミルク・果物	まぐろと野菜の炊き込みごはん・鮭のホワイトシチュー・オレンジ	鶏と野菜のリゾット・レバーと野菜の洋風煮込み
14	月	ミルク・果物	きのこピラフ・鶏肉のトマトケチャップ煮・オレンジ	マカロニきなこと・鮭とさつまいものスープ
16	水	ミルク・果物	油揚げと秋野菜の煮込みうどん・にんじんの白和え・オレンジ	白身魚と玉ねぎの混ぜご飯・ほうれん草のおひたし
17	木	ミルク・果物	ごはん・豚肉の味噌炒め・さつまいもといんげんのごま和え・バナナ	かぼちゃスティックパン・豆腐のオニオンスープ
18	金	ミルク・果物	彩り炒り豆腐丼・ひじきと根菜の煮物・ころころトマト・オレンジ	ケチャップチキンライス・おいものころころサラダ
25	金	ミルク・果物	[お月見献立]ごはん・ツナと秋野菜のトマト炒め・さつまいもの甘煮・オレンジ	秋野菜のかみかみあんかけ丼・ブロッコリーの白和え
29	火	ミルク・果物	ごはん・豚肉とピーマンの味噌炒め・パプリカサラダ・バナナ	ツナスティックパン・じゃがいものポタージュ
30	水	ミルク・果物	さといもごはん・白身魚の野菜あんかけ・にんじんサラダ・オレンジ	ヨーグルト・赤ちゃんお菓子

担当 加藤

- * 月齢や子供の発達に合わせて固さを調整します。
- * 予定献立なので、変更する場合があります。ご了承ください。
- * 1歳からミルクがフォローアップミルクとなります。

- * 食品調査、食べた事のない食品の家でのお試し、ご協力ありがとうございます。
- * 離乳食期は薄味が原則です。
- * 9/1は防災の日献立なので、万が一に備えて非常食を提供します。



新しい食材

マカロニ・まぐろ
油揚げ・ひじき
きなこと・ごま・ごま油・
ケチャップ・コンソメ・鶏ガラ
さといも・チンゲン菜
パプリカ・ピーマン・きのこ

お願い

円福寺の関係者様以外は、駐車禁止です。

第一保育園の保護者の方は、円福寺駐車場には、絶対に車を停めないでください。（円福寺さんから、再三注意を受けております。）

よろしくお願いいたします。