



8月の献立予定表



武内保育園

日	曜	副食 (共通)	未満児			おやつ	
			主食	追加食	9時(未満児)	9時(以上児)	3時(共通)
2	月	鶏のとろろま煮,中華サラダ,ナスの味噌汁,すいか	麦ごはん	南瓜の煮物	コーンフレーク	いりこ	ミルク バナナケーキ
3	火	松風焼,かんころ煮しめ,すまし汁,キウイ	麦ごはん	納豆和え	ジュース ウエハース	いりこ	フルーツヨーグルト
4	水	冷やしうどん,カレー金平,味付け海苔,ゼリー	混ぜご飯		バナナ	いりこ	緑茶 ☆おむすび (えだまめおかか)
5	木	南瓜コロッケ,三色和え,カラフルスープ,パイナップル	麦ごはん	肉じゃが	いりこ	いりこ	りんごジュース マシュマロおこし
6	金	鮭のホイル蒸し,ひじき炒め,もやしの味噌汁,オレンジ	麦ごはん	煮奴	牛乳,パン	いりこ	七夕ゼリー
7	土	貝うどん,ごぼうサラダ,ふりかけ	麦ごはん				おむすび(のり)
10	火	魚のカラフル焼き,大豆サラダ,チンゲン菜の味噌汁,キウイ	麦ごはん	金平れんこん	ジュース クラッカー	いりこ	牛乳 きな粉トースト
11	水	ちゃんぽん,高野豆腐煮しめ,すいか	麦ごはん	焼き魚	バナナ	いりこ	麦茶 おむすび(ひじき)
12	木	竹輪の磯辺揚げ,しおっぺ和え,すまし汁,ゼリー	麦ごはん	レバーの ケチャップ煮	いりこ	いりこ	緑茶 みたらし団子
13	金	マーボー豆腐,マカロニサラダ,コンソメスープ,オレンジ	麦ごはん	さつまいもの甘煮	牛乳,パン	いりこ	りんごジュース 黒ゴママラスク
14	土	親子そうめん,ナスとピーマンのそぼろ煮,味付け海苔	麦ごはん				おむすび(わかめ)
16	月	ハヤシライス,中華炒め,チンゲン菜の味噌汁,パイナップル	混ぜご飯		コーンフレーク	いりこ	麦茶 おむすび(さけ)
17	火	魚のベーコン蒸し,野菜とコーンのサラダ,にらの味噌汁 バナナ	麦ごはん	ナスのごま和え	ジュース チーズ	いりこ	牛乳 おからナゲット
18	水	冷製パスタ,おからサラダ,コンソメスープ,ゼリー	麦ごはん	パプリカの甘辛煮	のむヨーグルト ビスケット	いりこ	緑茶 おむすび(ゆかり)
19	木	鶏の中華風香味揚げ,大豆の磯煮,すまし汁,キウイ	麦ごはん	エビマヨネーズ 和え	いりこ	いりこ	ミルク 黒糖蒸しパン
20	金	豚肉の生姜焼き,南瓜とささみのごま和え,麩の味噌汁 オレンジ	麦ごはん	じゃが芋の そぼろ煮	牛乳,パン	いりこ	緑茶 水まんじゅう
21	土	夏野菜のそぼろかけ,ジャーマンポテト,玉ねぎの味噌汁	麦ごはん				せんべい
23	月	手作りシューマイ,茄子のみそ炒め,豆腐の味噌汁,バナナ	麦ごはん	こぶき芋	コーンフレーク	いりこ	麦茶 ☆おむすび(昆布ごま)
24	火	野菜たっぷりオムレツ,中華サラダ,すまし汁,パイナップル	麦ごはん	野菜炒め	ジュース ウエハース	いりこ	牛乳 ボルガ
25	水	焼きそば,豆腐サラダ,コンソメスープ,キウイ	麦ごはん	ハンバーグ	のむヨーグルト クラッカー	いりこ	緑茶 おむすび(ごぼう)
26	木	魚のラビコットソースかけ,チンジャオロース しめじの味噌汁,ゼリー	麦ごはん	☆五目煮	いりこ	いりこ	ミルク 大豆とじゃこの甘煮
27	金	夏祭りメニュー	麦ごはん	がんもの煮物	牛乳,パン	いりこ	りんごジュース マフィン
28	土	ビーフン炒め,野菜のアーモンド和え,玉ねぎの味噌汁	麦ごはん				おむすび(ちりめん)
30	月	枝豆つくね,おから炒め,もやしの味噌汁,バナナ	麦ごはん	野菜ビーンズ	コーンフレーク	いりこ	麦茶 おむすび(ツナマヨ)
31	火	☆鶏のごまみそ焼き,ひじきサラダ,わかめの味噌汁,パイナップル	麦ごはん	ゴボウのみそ煮	ジュース ビスケット	いりこ	ミニパフェ

給食だより

《夏の健康作りは、食生活から》

夏の暑い時期は食欲が低下して、手軽で食べやすい麺類を食べることが多くなるかと思えます。しかし、そうめんだけなどの食事ですませてしまうとタンパク質、ミネラル、ビタミンが不足し夏バテの原因になってしまいます。麺類を食べるときは、魚、肉、卵、季節の野菜を使った具やおかずを加えてみましょう！



夏野菜が収穫できるようになりました。自分たちで収穫した野菜は特別なようで、苦手な野菜があっても喜んで食べてくれます！これからも収穫の度に給食で使っていききたいと思えます。おいしく調理し給食で使っていききたいと思えます。



お知らせ

8月27日の夏祭りメニューの日は以上児さんの白ごはんとスプーンはは園で準備をしますので持たせられなくて結構です。よろしく願いたします。

8・9月もお弁当の日はお休みです

