

給食だより

子供の家幼稚園

8月の献立

8月です

2022年

月	火	水	木	金	土
1 パナナ・牛乳	チーズ	3 せんべい・牛乳	4 ヨーグルト	5 フレーク・牛乳	6
ロールパン 鶏肉の照り焼き もりもりキャベツサラダ フルーツカクテル・牛乳 ☆枝豆・ごませんべい	麦ごはん キッズピビンバ 揚げなす ヨーグルト ☆ばんちゃん	雑穀米 豆腐と豚肉のチャンプルー さきいかのサラダ 牛乳 ☆チーズサブレ	雑穀米・夏の豚汁 干草焼き きゅうりのカリカリ揚げ パン缶・牛乳 ☆ちぢみ	雑穀米 豚豚 中華スープ 牛乳 ☆クロワッサン	シーフードドリア オクラスープ もも缶 ☆プリン・芋けんぴ
8 パナナ・牛乳	9 チーズ	10 せんべい・牛乳	11 山の日	12 フレーク・牛乳	13 おべんとう
冷やし中華 かぼちゃの煮物 牛乳 ☆昆布おにぎり	麦ごはん ビーフカレー 人参ときゅうりのマリネ パナラムース ☆蒸しパン	雑穀米 鶏肉のごまみそ焼き カラフルサラダ 夏野菜スープ ☆牛乳電天	雑穀米・みそ汁 ちくわの二色揚げ かぼちゃのサラダ 牛乳 ☆ジャムサンド		 ☆ばんちゃん
15 おべんとう	16 チーズ	17 せんべい・牛乳	18 ヨーグルト	19 フレーク・牛乳	20
 ☆ばん	麦ごはん キッズピビンバ 揚げなす ヨーグルト ☆ばんちゃん	雑穀米 豆腐と豚肉のチャンプルー さきいかのサラダ 牛乳 ☆チーズサブレ	雑穀米・夏の豚汁 干草焼き きゅうりのカリカリ揚げ パン缶・牛乳 ☆ちぢみ	雑穀米 豚豚 中華スープ 牛乳 ☆おにぎり	シーフードドリア オクラスープ もも缶 ☆プリン・芋けんぴ
22 パナ・牛乳	23 チーズ	24 せんべい・牛乳	25 ヨーグルト	26 フレーク・牛乳	27
冷やし中華 かぼちゃの煮物 牛乳 ☆昆布おにぎり	麦ごはん ビーフカレー 人参ときゅうりのマリネ パナラムース ☆蒸しパン	雑穀米 鶏肉のごまみそ焼き カラフルサラダ 夏野菜スープ ☆牛乳電天	雑穀米 マーボー豆腐 パンサンスー パイナップル ☆じゃこおにぎり	雑穀米・みそ汁 ちくわの二色揚げ かぼちゃのサラダ 牛乳 ☆ジャムサンド	ソース焼きそば たまごスープ 桃のヨーグルト ☆スティックパン
29 パナ・牛乳	30 おたんじょう会	31 せんべい・牛乳			
ロールパン 鶏肉の照り焼き もりもりキャベツサラダ フルーツカクテル・牛乳 ☆枝豆・ごませんべい	雑穀米 しいらのマヨネーズ焼き きゅうりの華風サラダ みそ汁・牛乳・一口ゼリー ☆ヨーグルト蒸しパン	雑穀米 カレー肉じゃが トマトの中華サラダ わかめスープ・牛乳 ☆グレープゼリー			

☆食材等の関係で献立が代わることもあります。


☆おやつは預かり保育（延長）の子どもたちのみとなります。




夏の食生活について


ジュースなどの甘みは生理的に好む味のため、子供にとってはおいしい飲み物です。ジュースで水分補給補給するのは、糖分の取り過ぎになります。

適切な量で、栄養バランスの良い食事を心がけましょう。




「まい」ちゃん
のなかま





「あか」ちゃん
のなかま



「みこ」ちゃん
のなかま

暑めりかたで食べべ
おにもエネルギーになっ
て、体を動かすもに
なります。

ぐんぐん大きくる
食べべおにも血や肉
になっ、体を
作るもに
なります。

赤肉を体に
おにも体の調子
を盛えて、
病気を
しないように
します。

※「ナリ」や「ワカメ」などの海藻類、「あせ」ちゃんのはなかに入ることがあります。