



# 8月のこんだて



日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ	エネルギー
1	木	果汁	〈ほかほかごはん〉夏野菜カレー・アメリカンサラダ・わかめスープ	フルーチェ・ビスケット	435
2	金	果物	はんぺんフライ・マカロニサラダ・みそけんちん汁・果物	菓子・ジョア	451
3	土	菓子	じゃじゃ麺・果物・牛乳	希望保育のみおやつ持参	
4	日				
5	月	果物	豚肉の柳川・オクラとモロヘイヤの磯和え・みそ汁・果物	マカロニきな粉・牛乳100	402
6	火	ヨーグルト	ポークビーンズ・大根サラダ・きゃべつのスープ	チャーハン・牛乳100	413
7	水	菓子	厚揚げのみそ炒め・だし・ほうれん草と大根のすまし汁	とうもろこし・牛乳100	428
8	木	果物	マーボー豆腐・中華そばサラダ・中華スープ・果物	おやつパン・牛乳100	435
9	金	牛乳	かつおのごまみそ焼き・ピーマンの細切り炒め・長いもときのこの汁物	菓子・ジョア	424
10	土		〈お弁当の日〉		
11	日				
12	月		〈山の日〉		
13	火	果物	〈おむすびの日〉鶏肉のマーマレード焼き・カリカリベーコンサラダ・野菜スープ	菓子・ジョア	444
14	水		〈お弁当の日〉		
15	木		〈お弁当の日〉		
16	金		〈お弁当の日〉		
17	土		〈お弁当の日〉		
18	日				
19	月	牛乳	魚の酢豚風・ブロッコリーのごま和え・みそ汁	オレンジゼリー・ウエハース	453
20	火	菓子	豆腐ナゲット・フルーツ酢の物・中華風コーンスープ	納豆ピザ・牛乳100	425
21	水	果物	いり卵の中華あんかけ・にんじんのしりしり・チンゲン菜のスープ・果物	ザッパサンド・牛乳100	436
22	木	菓子	〈お誕生会〉	アイスクリーム	
23	金	やさいジュース	さっぱり生姜焼き・青菜のしらす和え・じゃが芋といんげんのみそ汁	菓子・ジョア	426
24	土		〈お弁当の日〉		
25	日				
26	月	やさいジュース	鶏肉とさつま芋のうま煮・ピーマンのじゃこ炒め・みそ汁	ココロホットケーキ・牛乳100	454
27	火	ミニジョア	スコッチエッグ・やさいのフレンチ和え・豆乳スープ	クラッシュゼリー・カルシウムせんべい	422
28	水	果物	さばのみそ煮・春雨ソテー・すまし汁・果物	シュガートースト・牛乳100	451
29	木	牛乳	ささみのレモン風味・ひじきのサラダ・やさいスープ	フルーツヨーグルト・ビスケット	447
30	金	果物	かぼちゃのそぼろ煮・生揚げ納豆・みそ汁・果物	菓子・牛乳	442
31	土	菓子	焼きそば・果物・牛乳100	希望保育のみおやつ持参	

## 8月の予定

**1日(木) ほかほかごはんの日**  
 年長児がお米を研いでご飯を炊きます。  
 炊き上がったご飯をみんなでいただきます。  
 たんぼぼ組とちゅうりっぷ組は、保育園の食器を使います。

**13日(火) おむすびの日**  
 手作りのおむすびを持ってきてください。

**22日(木) お誕生会**  
 お楽しみ給食なのでご飯はいりません。  
 箸またはスプーン等を持ってきてください。

**10日(土) お弁当の日**  
**14日(水) ~17日(土) //**  
**24日(土) //**  
 お弁当、水筒(水または麦茶)、1回分のおやつを忘れずに持ってきてください。

☆ 第1・第3土曜日は、ご飯はいりません。  
 箸又はスプーン等を持ってきてください。

☆ 土曜日午後の保育を希望される方は  
 おやつを持参してください。

### 7月の栄養摂取量

区分	エネルギー		たんぱく質		脂質		塩分	
	未満児	以上児	未満児	以上児	未満児	以上児	未満児	以上児
7月分	576	440	21.8	20.5	19.9	19.9	1.5	1.6

都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

※午前のおやつは3歳未満児のみです。 ※※エネルギー(kcal)は3歳以上児の数値です