



8月のこんだて

日頃市保育園

日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ	エネルギー
1	月	やさいジュース	鮭のマヨネーズ焼き・豆もやしの炒め煮・みそ汁	ヨーグルトパンケーキ・牛乳(100)	396
2	火	牛乳	厚揚げのみそ炒め・だし・すまし汁・果物	トマトスパゲティ・麦茶	389
3	水	果物	はんぺんフライ・マカロニサラダ・みそけんちん汁	黒糖ゼリー・ジョア	441
4	木	果汁	〈ほかほかごはん〉夏野菜カレー・アメリカンサラダ・スープ・フルーチェ	納豆ピザ・ヤクルト	486
5	金	スポロン	豚肉の柳川・オクラとモロヘイヤの磯和え・みそ汁・果物	菓子・牛乳(200)	432
6	土	果汁	焼きそば・果物・ジョア	希望保育のみおやつ持参	
7	日				
8	月	果物	かつおのごまみそ焼き・ピーマンの細切り炒め・すまし汁	マカロニきな粉・牛乳(100)	405
9	火	牛乳	納豆の卵焼き・五目きんぴら・みそ汁・果物	とうもろこし・ジョア	387
10	水	果汁	〈おむすびの日〉鶏肉のマーマレード焼き・カリカリバーコンサラダ・野菜スープ	おやつパン・牛乳(100)	432
11	木		〈山の日〉		
12	金	やさいジュース	マーボー豆腐・中華そばサラダ・わかめスープ	菓子・牛乳(200)	458
13	土		〈お弁当の日〉		
14	日				
15	月		〈お弁当の日〉		
16	火		〈お弁当の日〉		
17	水	スポロン	さっぱり生姜焼き・青菜のしらす和え・みそ汁・果物	シュガートースト・牛乳(100)	404
18	木	果物	白身魚のフライ・豆腐サラダ・夕顔のカレー汁	チャーハン・麦茶	406
19	金	やさいジュース	ポークビーンズ・大根サラダ・マカロニスープ・果物	菓子・牛乳(200)	449
20	土	果汁	冷し中華・果物・ジョア	希望保育のみおやつ持参	
21	日				
22	月	果物	炒り卵の中華あんかけ・フルーツ酢の物・チンゲン菜のスープ	ジャムサンド・牛乳(100)	380
23	火	スポロン	〈お誕生会〉	アイスクリーム	
24	水	ミニジョア	魚の酢豚風・ブロッコリーのごま和え・オクラのスープ	オレンジボンチ・ウエハース	396
25	木	牛乳	豆腐ナゲット・にんじんのしりしり・中華風コーンスープ・果物	お好み焼き・麦茶	402
26	金	果汁	鶏肉とさつま芋のうま煮・ピーマンのじゃこ炒め・みそ汁	菓子・ジョア	380
27	土		〈お弁当の日〉		
28	日				
29	月	果汁	ささみのレモン風味・ひじきのサラダ・みそ汁	ホットケーキ・牛乳(100)	398
30	火	やさいジュース	さばのみそ煮・春雨ソテー・すまし汁	ごま団子・牛乳(100)	463
31	水	果物	スコッチエッグ・野菜のフレンチ和え・豆乳スープ	ツナトースト・ジョア	438

※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



8月の予定

4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食べるので、すみれ組とさくら組は、空のお弁当箱を持ってきてください。たんぽぽ組とちゅうりっぷ組は、保育園の食器を使います。

10日(水) おむすびの日

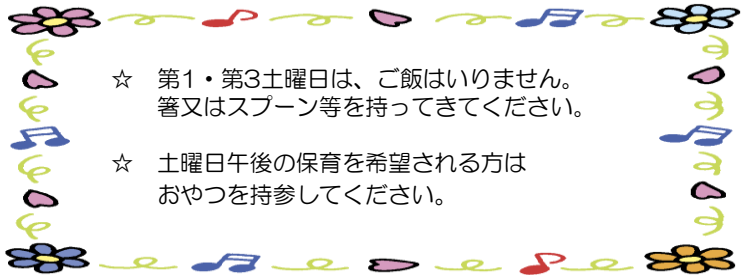
手作りのおむすびを持ってきてください。

23日(火) 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。

13日(土) お弁当の日

27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

	エネルギー		たんぱく質		脂質		塩分	
区分	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	604	436	22.6	20.8	19.8	20.3	1.4	1.4

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。