



《令和4年8月 給食献立表》

☆☆☆大野保育所☆☆☆



日	曜	9時おやつ		昼食		3時おやつ	
		(乳児)		(乳児)	全員	全員	
1	月	牛乳	豆乳クッキー	牛乳	ごはん	魚の更紗焼き、かきたま汁 ブロッコリーのごま和え、パイン	いちごむしぱん 牛乳
2	火	牛乳	ごぼうせんべい	牛乳	ごはん	豆腐とエビのケチャップ煮、揚げ焼売 中華風サラダ、メロン	ひこうきびすけっと 牛乳
3	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	五目きんぴら、そうめん汁 チーズ、納豆、キウイ	かすてら のむよーぐると
4	木	牛乳	びすこ	牛乳	ごはん	魚の煮付け、豆腐とわかめのみそ汁 レバーとささ身の変わり和え、すいか	くらっかー 牛乳
5	金	牛乳	バナナ	牛乳	ごはん	マカロニシチュー、オムレツ風卵焼き レタスサラダ、オレンジ	しゃけおにぎり 牛乳
6	土	牛乳	黒豆あられ	牛乳	ごはん	温野菜と豚肉のぼん酢和え 卵とわかめのスープ、ウインナー、バナナ	えびすなっく 牛乳
8	月	牛乳	ごまビスケット	牛乳	ごはん	五目すりみあげ、オクラのみそ汁 ほうれんそうの白和え、すいか	ふる一つよーぐると
9	火	牛乳	かぼちゃせん	牛乳	ごはん	すき焼き風煮、ゆで卵 アスパラツナマヨ和え、ぶどう	しょうゆせんべい かすびすよーぐると
10	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	魚のゴマしそ揚げ、親子汁 キャベツのおかか和え、オレンジ	かれーしょくぱん 牛乳
12	金	牛乳	豆乳クッキー	牛乳	ごはん	ポークビーンズ、ハムとチーズの卵焼き ほうれんそうときのこのソテー、りんご	やさいかりんとう 牛乳
13	土	牛乳	メープルビスケット	牛乳	ごはん	焼きそば、すまし汁 蒸しさつまいも、みかん缶	げんまいぼんせん 牛乳
15	月	牛乳	あられ	牛乳	ごはん	ハヤシ(ライス)、マカロニサラダ チーズ、桃缶	どうぶつびすけっと 牛乳
16	火	牛乳	きなこビスケット	牛乳	ごはん	長崎皿うどん、焼き餃子 きゅうりのナムル、パイン	こざかなすなっく 牛乳
17	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	ハムステーキ、ミネストローネ ささみサラダ、メロン	おこめりんぐ 牛乳
18	木	牛乳	バナナ	牛乳	ごはん	魚の竜田揚げ、かぼちゃのみそ汁 ブロッコリーのおかか和え、梨	とうふいりきなこだんご 牛乳
19	金	牛乳	ごぼうせんべい	牛乳	ごはん	高野豆腐と野菜の卵とじ、枝豆 鶏肉の香味焼き、オレンジ	こーんおにぎり 牛乳
20	土	牛乳	びすこ	牛乳	お弁当の日		
22	月	牛乳	りんご	牛乳	ごはん	ししゃものチーズフライ、バナナ トマトと卵のスープ、豚しゃぶサラダ	ひやしちゅうか 牛乳
23	火	牛乳	ごまビスケット	牛乳	ごはん	野菜入り焼肉、ワカメスープ チーズ、ミニトマト、キウイ	えびせん 牛乳
24	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	魚のマヨネーズ焼き、野菜スープ アップルサラダ、パイン缶	ぶどうゼリー 牛乳
25	木	牛乳	豆乳クッキー	牛乳	ごはん	夏野菜カレー(ライス) ちくわの磯辺揚げ、五目和え、梨	まるぼーろ のむよーぐると
26	金	牛乳	さらだせんべい	牛乳	誕生会	プチパン、ハンバーグ、にんじんスープ フライドポテト、コーンサラダ、ぶどう	けーき 牛乳
27	土	牛乳	メープルビスケット	牛乳	ごはん	なすと豚肉のみそ炒め、すまし汁 蒸しかぼちゃ、りんご	おこめぱふここあ 牛乳
29	月	牛乳	かぼちゃせん	牛乳	ごはん	魚の栄養揚げ、にらたま汁 きゃべつのゆかり和え、パイン	ふる一つよーぐると
30	火	牛乳	むしいも	牛乳	ごはん	五目ひじき、ナスの味噌汁 カラフル炒り卵、オレンジ	おからかりんとう 牛乳
31	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	鮭のバターしょうゆ焼き ささみの梅サラダ、冬瓜スープ、バナナ	とうふどーなっつ 牛乳



給食だより



<夏バテに注意しましょう！>



梅雨も明け、夏本番となりました。暑い中、子ども達が元気に水遊びなど外で遊んで、たくさんの汗をかいています。暑いと、ついつい飲んでしまうのがジュースや炭酸飲料。子どもも好きですが、想像以上に糖分が入っていることをご存じですか？飲み過ぎは食欲を落とし、味覚形成にも良くないといわれています。できるだけ、お茶や水などから水分をとり、しっかり食べ、十分に睡眠をとり、夏に負けない身体をつくりましょう。

★20日は「お弁当の日」です。お弁当の準備をお願いします。
☆26日は「お誕生日会」です。行事食のため、主食はいりません。

