



《令和5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	火	牛乳	ウエハス	牛乳	ごはん	五目大豆煮、親子汁 ブロッコリーのツナマヨ、オレンジ	けちやつぷおにぎり 牛乳
2	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	魚のゴマしそ揚げ、ワカメスープ ささみサラダ、すいか	おこめりんぐ 牛乳
3	木	牛乳	りんご	牛乳	ごはん	五目すり身揚げ、小松菜のみそ汁 酢の物、メロン	かぼちゃきなこ 牛乳
4	金	牛乳	豆花クッキー	牛乳	ごはん	カレー(ライス)、ひじき入り卵焼き ほうれん草のソテー、キウイ	まるぼーろ のむよーぐると
5	土	牛乳	あられ	牛乳	ごはん	きんぴらごぼう、そうめん トマト、バナナ	くらっかー 牛乳
7	月	牛乳	かぼちゃせん	牛乳	ごはん	魚のコーンマヨネーズ焼き トマトと卵のスープ、中華風サラダ、りんご	ふる一つよーぐると
8	火	牛乳	バナナ	牛乳	ごはん	麻婆豆腐、焼き餃子 きゅうりのナムル、パイン	えびせん 牛乳
9	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	ちくわの南蛮漬け、かきたま汁 五目和え、納豆、オレンジ	ふれんちとーすと 牛乳
10	木	牛乳	びすこ	牛乳	ごはん	すき焼きうどん、ゆで卵 ブロッコリーのおかか和え、すいか	あつぷるほっとけーき 牛乳
12	土	牛乳	きなこビスケット	牛乳	ごはん	焼きビーフン、すまし汁 枝豆、桃缶	げんまいぽんせん 牛乳
14	月	牛乳	ごまビスケット	牛乳	ごはん	肉じゃが、ミニトマト キャベツのおかか和え、パイン缶	おこめぱふここあ 牛乳
15	火	牛乳	せんべい	牛乳	ごはん	切干大根の煮物、じゃがいものみそ汁 チーズ、みかん缶	どうぶつびすけっと 牛乳
16	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	ししゃも(魚)のフライ、レタスサラダ 白菜とたけのこのスープ、オレンジ	むしいも 牛乳
17	木	牛乳	りんご	牛乳	ごはん	鶏肉の甘辛焼き、中華五目スープ みかんサラダ、バナナ	ほうれんそうむしばん 牛乳
18	金	牛乳	ごぼうせんべい	牛乳	ごはん	ポークシチュー、カラフル炒り卵 じゃこサラダ、キウイ	しょうゆせんべい 牛乳
19	土					お弁当の日	
21	月	牛乳	びすこ	牛乳	ごはん	魚のピザ風焼き、キャベツスープ ほうれん草サラダ、パイン	やさいかりんとう 牛乳
22	火	牛乳	あられ	牛乳	ごはん	コロケ、コンソメスープ ごぼうサラダ、トマト、キウイ	ところてん かるびす
23	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	鶏肉の香味焼き、冬瓜スープ マカロニサラダ、メロン	かすてら のむよーぐると
24	木	牛乳	豆花クッキー	牛乳	ごはん	ハヤシ(ライス)、しゅうまい レバーとささ身の変わり和え、梨	あんにんどうふ 牛乳
25	金	牛乳	かぼちゃせん	牛乳	誕生会	プチパン、鶏肉のチーズ焼き かぼちゃスープ、豚しゃぶサラダ、ぶどう	けーき 牛乳
26	土	牛乳	ウエハス	牛乳	ごはん	高野豆腐と野菜の卵とじ ウインナー、アスパラ、りんご	こざかなすなっく 牛乳
28	月	牛乳	メープルビスケット	牛乳	きなこ ごはん	魚の栄養揚げ、さつま汁 ゆかり和え、パイン、きなこ	ふる一つよーぐると
29	火	牛乳	バナナ	牛乳	ごはん	煮ごみ、ハムカレー きゅうり・わかめの酢の物、すいか	おからかりんとう 牛乳
30	水	牛乳	桃缶	牛乳	麦ごはん	鮭のムニエル、大根のスープ ポテトフライサラダ、キウイ	すていっくやさい フルーツラムネ 牛乳
31	木	牛乳	ごまビスケット	牛乳	ごはん	鶏肉のトマト煮、アップルサラダ 炒り卵、メロン	もちもちちーずぱん 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。

★19日は「お弁当の日」です。お弁当の準備をお願いします。

☆25日は「お誕生日会」です。行事食のため、主食はいりません。

