



8月 給食献立表



						1日(金)	2日(土)
昼食	普通食					鶏のすっぽん煮	納豆
						野菜サラダ	厚揚げの味噌汁
	離乳食					かき玉汁	バナナ
						鶏ささみのりんごソース	納豆
おやつ	普通食					人参とブロッコリーの煮物	豆腐の味噌汁
						すまし汁	バナナ
	離乳食					ミニ動物ビスケット・牛乳	お菓子・牛乳
						お菓子	お菓子
		4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
昼食	普通食	豆腐とひじきのつくね焼	鮭のムニエル	豚肉のごま焼き	ロールパン	鶏のマリネ焼	豚肉の卵とじ丼
		ほうれん草のナムル	野菜添え	厚揚げの煮物	ミートソーススパゲティ	春雨サラダ	すまし汁
	離乳食	味噌汁	きのこスープ	すまし汁	すまし汁・オレンジ	中華スープ	バナナ
		豆腐とひじきのつくね焼	魚のカレー煮	鶏ささみのごま煮	マカロニのトマト煮	鶏の照り煮	鶏そぼろ丼
おやつ	普通食	ほうれん草と大根の煮物	じゃが芋と胡瓜の煮物	胡瓜とブロッコリーの煮物	大根と人参の煮物	りんごとさつま芋の煮物	すまし汁
		味噌汁	きのこスープ	すまし汁	わかめスープ	春雨スープ	バナナ
	離乳食	とうもろこし・牛乳	えび小判・牛乳	ゼリー・牛乳	きな粉クッキー・牛乳	ジャムサンドパン・牛乳	お菓子・牛乳
		茹でさつま芋	お菓子	茹で大根としらす	茹で豆腐とナス	茹で胡瓜と大根	お菓子
		11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
昼食	普通食	山の日 	ハヤシライス	お弁当の日	お弁当の日	お弁当の日	お弁当の日
			バナナ				
	離乳食		ハヤシライス				
			バナナ				
おやつ	普通食		野菜かりんとう・牛乳	お菓子・牛乳	お菓子・牛乳	お菓子・牛乳	お菓子・牛乳
	離乳食		お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
		18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
昼食	普通食	サバのカレー焼	豚肉の生姜焼	玉子焼	きつねうどん	ポークビーンズ	ビビンバ丼
		胡瓜とわかめの酢の物	ブロッコリーサラダ	根菜の煮物	じゃこサラダ	わかめサラダ	わかめスープ
	離乳食	味噌汁	春雨スープ	すまし汁		玉子スープ	バナナ
		魚のカレー煮	鶏のごま煮	豆腐の煮物	マカロニの和風煮	大豆のトマト煮込	鶏そぼろ丼
おやつ	普通食	胡瓜とじゃがいもの煮物	大根と南瓜の煮物	さつま芋とりんごの煮物	ほうれん草と人参の煮物	ブロッコリーと胡瓜の煮物	すまし汁
		味噌汁	春雨スープ	すまし汁	すまし汁	味噌汁	バナナ
	離乳食	南瓜ケーキ・牛乳	オレンジ・お菓子・牛乳	ココア蒸しパン・牛乳	ホットドッグ・牛乳	アーモンドいりこ・牛乳	お菓子・牛乳
		茹でほうれん草とナス	茹で豆腐と胡瓜	茹で大根とツナ	茹で南瓜とインゲン	茹でさつま芋	お菓子
		25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
昼食	普通食	カレーライス	魚のごま味噌焼	根菜ハンバーグ	担々麺	チキン南蛮	納豆
		野菜サラダ	金平ごぼう	切干大根のサラダ	ヨーグルト和え	胡瓜の中華和え	さつま芋の味噌汁
	離乳食	オレンジ	冬瓜スープ	呉汁		すまし汁	バナナ
		カレーライス	魚のごま味噌煮	ハンバーグ	大豆と鶏の煮物	鶏ささみのあんかけ	納豆
おやつ	普通食	野菜の煮物	じゃが芋と胡瓜の煮物	大根とほうれん草の煮物	人参とさつま芋の煮物	ブロッコリーと胡瓜の煮物	さつま芋の味噌汁
		みかん	冬瓜スープ	呉汁	味噌汁	すまし汁	バナナ
	離乳食	お菓子・牛乳	バナナ・お菓子・牛乳	りんごケーキ・牛乳	パパロア・牛乳	メロンパン・ジュース	お菓子・牛乳
		お菓子	茹で南瓜	茹で豆腐と人参	茹でナスと胡瓜	茹で大根としらす	お菓子

※おやつは、無添加・無着色のお菓子・手作りおやつを準備しています。

※0歳～1歳児は、段階に応じて離乳食を作っています。

※アレルギー対応は、その日のメニューに応じて準備しています。



～給食室からひとこと～



夏の暑さもピークになり、身体も疲れやすくなります。
夏バテにならないように食事、睡眠、運動の生活リズムを整え、体調管理を心がけましょう。