

平成30年度

8月



ぱくぱく

❖お知らせ❖

●給食に取り入れた旬の食材は・・・

『なす・トマト・きゅうり・おくら・ピーマン・ゴーヤ・しそ・梨』です。

●3歳未満児は2・31日が味付きご飯です。その他の日は白ご飯になっています。

以上児のご飯も白ご飯が理想的です!! 毎日味付きご飯にならないようにしましょう!

日	曜日	メニュー			きゅうしょくのざいりょう			家でとりた食物
		3才未満児 朝おやつ	おひるの きゅうしょく	みんなの おやつ	エネルギーになるもの (きいろ)	ちやにくになるもの (あか)	びょうきをやっつけるもの (みどり)	
1	水	ジャムヨーグルト	しろみざかなのカレーあげ ゆできゃべつ じゃこサラダ パイン缶	チョコチップパン	こむぎこ かたくりこ あぶら マヨネーズ ごまあぶら	あかうお しらす	しょうが きゃべつ きゅうり わかめ レタス トマト しそ パイン缶	肉類 大豆製品
2	木	バタートースト	おからのキッシュ さといものごまあえ きゅうりとりにくのちゅうかいため みかん缶 (3未:炊き込みご飯)	ももかんてん	バター さといも さとう ごま ごまあぶら かたくりこ	おから ベーコン たまご クリーム スキムミルク きゅうにゅう チーズ とりにく	ほうれんそう たまねぎ しょうが にんにく きゅうり みかん缶	魚類 きのご類
3	金	ミルクきなこもち	マーボーなす かぼちゃサラダ グレープフルーツ	スノーボールクッキー	あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら マヨネーズ	ふたひきにく みそ ハム	しょうが にんにく なす たまねぎ ねぎ かぼちゃ きゅうり グレープフルーツ	卵類 海藻類
6	月	バナナ	とりにくのトマトクリームに ほうれんそうのごまみそあえ パイン缶	レモンラスク	バター さとう ごま	とりにく クリーム みそ	にんにく たまねぎ にんじん フロッコリー しめじ トマト缶 ほうれんそう きりぼしだいこん パイン缶	魚類 いも類
7	火	やきそば	さつまじる きゅうにくとごぼうのきんぴら きんしゅうりのすのもの もも缶	シューアイス	さつまいも さとう ごまあぶら ごま	とりにく あぶらあげ ツナ きゅうにく	きゃべつ しんじけ えのき ねぎ きんしゅうり おくら ごぼう にんじん こんにゃく もも缶	卵類 大豆製品
8	水	ももヨーグルト	ゴーヤチャンプル ごもくひじき キウイフルーツ	マーブルサウンドケーキ	あぶら さとう	ベーコン とうふ たまご かつおぶし だいず あぶらあげ	ゴーヤ たまねぎ にんじん ひじき こんにゃく えだまめ キウイフルーツ	魚類 葉菜類
9	木	あべかわもち	あじなんばん はるさめサラダ バナナ	きゅうにゅうかんてん	かたくりこ あぶら さとう はるさめ マヨネーズ	あじ ハム	ピーマン にんじん たまねぎ きゅうり バナナ	肉類 きのご類
10	金	ジャムサンド	ドライカレー もずくサラダ コーンポテトサラダ みかん缶	すいか	あぶら さとう ごまあぶら ごま じゃがいも マヨネーズ	きゅうひきにく ふたひきにく ハム	しょうが にんにく たまねぎ にんじん トマト缶 とうもろこし レーズン えだまめ もずく トマト きゅうり さやいんげん あかピーマン みかん缶	魚類 大豆製品
ご命日 16	木	マカロニの あべかわ	なまあげのでんかく ゆでえだまめ ケチャマヨサラダ もも缶	クリームチーズマフィン	さとう ごま マヨネーズ	なまあげ みそ	えだまめ きゅうり トマト とうもろこし もも缶	いも類 葉菜類
17	金	じゃがバター	キッシュ かりこりいりこ こまつなとツナのぼんずサラダ パイン缶	あおなむすび	あぶら さとう ごま ごまあぶら	ベーコン たまご スキムミルク クリーム チーズ いりこ ツナ	フロッコリー たまねぎ にんじん こまつな とうもろこし しおこんぶ パイン缶	肉類 大豆製品
20	月	フルーチェ	とりにくのスパイスやき レタス おからサラダ オレンジ	こくとうむしばん	マヨネーズ	とりにく おから ツナ とうにゅう	しょうが レタス きゅうり とうもろこし にんじん オレンジ	魚類 海藻類
誕生会 21	火	おかし	❖ おたのしみランチ ❖					
22	水	ぎょうざの かわピザ	さけのみそマヨやき ツナごまきゅうり ゴーヤのきんぴら もも缶	フルーツかんてん	マヨネーズ ごまあぶら ごま さとう	さけ みそ ツナ ふたひきにく	きゅうり ゴーヤ たまねぎ もも缶	卵類 野菜類
23	木	バナナ	サラダうどん れんこんのしおきんぴら パイン缶	ココアフレッククッキー	うどん マヨネーズ ごま あぶら さとう	とりさきみ かつおぶし ふたひきにく	きゅうり わかめ レタス トマト れんこん にんじん ピーマン パイン缶	大豆製品 いも類
24	金	ごへいもち	とうふカレー きゃべつのおこんぶサラダ おくらのごまあえ ゴールドキウイ	シューアイス	あぶら さとう ごま	とうふ ふたひきにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん えだまめ きゃべつ きゅうり しおこんぶ おくら ゴールドキウイ	魚類 きのご類
27	月	マカロニの あべかわ	ひやししゃぶしゃぶ チャプチェ もも缶	きなこむしばん	はるさめ あぶら さとう ごまあぶら ごま	ふたひきにく きゅうにく	もやし わかめ きゅうり ミニトマト しょうが にんにく にんじん たけのこ ほうれんそう もも缶	魚類 いも類
28	火	ラスク	さけのタルタルソース ゆでえだまめ ひじきサラダ バナナ	オレンジゼリー	マヨネーズ ごま	さけ たまご ツナ	たまねぎ パセリ えだまめ ひじき きゃべつ にんじん きゅうり バナナ	肉類 大豆製品
29	水	パンフディング	チキンチキンごぼう ごますあえ パイン缶	ミルクビスケット	かたくりこ あぶら さとう ごま	とりにく かにかま	ごぼう ピーマン あかピーマン きいろピーマン きゅうり わかめ もやし パイン缶	卵類 葉菜類
30	木	やきそば	ちゃんこうどん きりぼしだいこんナポリタン かぼちゃのふくめに なし	あんぱん	うどん あぶら さとう	とりにく あぶらあげ ちくわ ハム	にんじん たまねぎ こまつな しんじけ ピーマン きりぼしだいこん かぼちゃ なし	魚類 海藻類
31	金	バナナヨーグルト	とうふステーキ (きのごコース) マカロニサラダ みかん缶 (3未:ゆかりご飯)	わらびもち	かたくりこ あぶら バター マカロニ マヨネーズ	とうふ ハム たまご	えのき しんじけ しめじ えだまめ きゅうり にんじん みかん缶	肉類 いも類

*みんなのおやつで毎日牛乳を100ml飲みます。

平成30年7月20日 社会福祉法人 百華児童苑 嘉川保育園