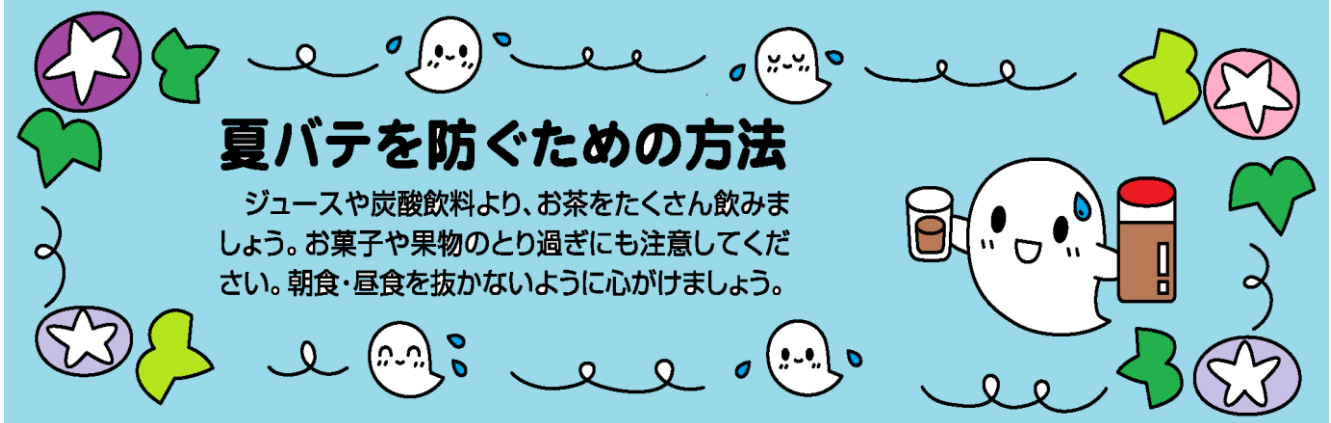


# 8月

# 給食だより

日付	◆昼食	◆間食2
1 (火)	ご飯 ポークチャップ炒め レタス 切干大根のツナサラダ バナナ なめこの味噌汁	牛乳 ミニゼリー 揚げせんべい
2 (水)	二色サンド チキンナゲット ポテトサラダ ブロッコリー グレープフルーツ キャベツスープ	牛乳 手作りおやつ
3 (木)	ご飯 カジキマグロの煮付け ひじきの五目煮 スティックきゅうり キウイフルーツ わかめの味噌汁	牛乳 黒糖ふがし 塩せんべい
4 (金)	冷やし中華 ヤクルト	牛乳 ミニあんぱん
5 (土)	ミニあんぱん ヤクルト	
7 (月)	三色そばろご飯 はんぺんフライ かぼちゃ煮 きゅうりの浅漬け オレンジ じゃがいもの味噌汁	牛乳 うまい棒 クッキー
8 (火)	ご飯 マーボなす 揚げシュウマイ キャベツの塩昆布和え バナナ 豆腐の味噌汁	牛乳 パイ菓子 揚げせんべい
9 (水)	ジャムサンド 照り焼きチキン ごぼうサラダ ブロッコリー スイカ 玉子スープ	牛乳 塩せんべい バームクーヘン
12 (土)	ミニあんぱん ヤクルト	
17 (木)	ご飯 サバの味噌煮 切干大根の煮物 きゅうりの浅漬け キウイフルーツ 玉ねぎの味噌汁	牛乳 バームクーヘン のりせんべい
18 (金)	五目うどん ヤクルト	牛乳 ミニあんぱん
19 (土)	ミニあんぱん ヤクルト	
21 (月)	ふるさとご飯 ちくわの磯辺揚げ イカくんマリネ オレンジ しじみの味噌汁	牛乳 ハッピーターン かりんとう
22 (火)	ふりかけご飯 冷しゃぶサラダ 里芋と人参煮 バナナ 油揚げの味噌汁	牛乳 シュガーラスク しょうゆせんべい
23 (水)	チョコクリームサンド 焼きそば ウィンナーソーテー オレンジ コーンスープ	牛乳 手作りおやつ
24 (木)	お誕生日ランチ	牛乳 オレンジゼリー
25 (金)	冷やしたぬきうどん ヤクルト	牛乳 ミニあんぱん
26 (土)	ミニあんぱん ヤクルト	
28 (月)	親子丼 さつまいも煮 ほうれん草納豆和え オレンジ 豆腐の味噌汁	牛乳 バームクーヘン のりせんべい
29 (火)	わかめご飯 サーモンフライ 肉じゃが バナナ 玉ねぎの味噌汁	牛乳 カプリコ 塩せんべい
30 (水)	バターロールパン オムレツ ごぼうサラダ ブロッコリー オレンジ クリームシチュー	牛乳 手作りおやつ
31 (木)	混ぜ寿司 厚焼き玉子 きゅうりのおかか和え オレンジ わかめの味噌汁	牛乳 うまい棒 ビスコ
	※保育園では誤嚥の危険性のある食材、おやつは提供致しません。 季節のものなどはご家庭でご賞味ください。	
	※お給食、おやつは、行事や仕入れ状況によって変更になる場合があります。	



## 夏バテを防ぐための方法

ジュースや炭酸飲料より、お茶をたくさん飲みましょう。お菓子や果物のとり過ぎにも注意してください。朝食・昼食を抜かないように心がけましょう。

