

# 8月号 給食だより

<給食目標>

夏バテしないよう規則正しい食事をしましょう!



## 夏バテ予防~8月の栄養だより!

タンパク質(肉・魚)など増やすと同時に  
しっかりとエネルギーをとりましょう...

8月7日は、バナナの日です。  
栄養満点の人気者です!



7月の誕生会のメニューと7月生まれのお友達です。

<メニュー>

- とうもろこしご飯
- 魚のオーロラソースかけ
- ほうれん草のツナ和え
- 生野菜
- フルーツゼリー
- 七タソーメン汁



- 8月の誕生会
- カレーピラフ
- 鶏のから揚げ
- グリーンサラダ
- フランク
- マカロニサラダ
- 清まし汁



平成29年

# 8月 献立予定表

みどり保育園

日	曜	午前のおやつ	きょうのおかず	午後のおやつ
1	火	牛乳 ミニドーナツ	ハッシュドビーフ しらすの酢の物	ヨーグルト ハーベスト
2	水	牛乳 クッキー	親子どんぶり 白和え	牛乳 あずきちゃん
3	木	牛乳 ゼリー	肉じゃが はんぺんのずんだソースかけ	すいか せんべい
4	金	牛乳 えびちび	サンラータン ウインナーのソテー	牛乳 チョコバナナスコーン
5	土	牛乳 ビーノ	スパゲティーイタリアン 果汁100%ジュース	牛乳 パン
7	月	牛乳 せんべい	サマーカレー 夏野菜サラダ	ミルク プリン
8	火	牛乳 バナナ	とんかつ 味噌汁	アイスクリーム ウエハース
9	水	牛乳 ヨーグルト	魚の中華あんかけ さっぱりスープ	牛乳 盆団子
10	木	牛乳 ビスコ	大豆の磯煮 春雨の酢の物	牛乳 ゼリー
12	土	牛乳 動物っこの夢	煮込みラーメン 果汁100%ジュース	牛乳 パン
14	月	牛乳 ウインナー	伴三酢 鶏の照り焼き	すいか せんべい
15	火	牛乳 ネーブル	マーボー丼 きゅうりとしらすの和え物	牛乳 ぶどう
16	水	牛乳 クラッカー	魚のポン酢焼き スパゲティーサラダ 味噌汁	ミルク バナナ
17	木	牛乳 リンゴ	栄養きんぴら もずくのスープ オレンジ	牛乳 ラスクパン
18	金	牛乳 とんがりコーン	夏野菜のそぼろ煮 ひじきのナムル	ジョア 梨
19	土	牛乳 ポーロ	きつねうどん 果汁100%ジュース チーズ	牛乳 パン
21	月	牛乳 かりんとう	豚肉の生姜焼き もやしの味噌汁 オレンジ	アイスクリーム せんべい
22	火	牛乳 みかん缶	鶏の南蛮づけ 清まし汁	ミルク あられ
23	水	牛乳 ビスケット	ひじきの卵焼き コンソメスープ	牛乳 ミニパン
24	木	牛乳 プリン	チキンピカタ 味噌汁	フルーツポンチ
25	金	牛乳 リンゴ	魚の塩焼き パンプキンサラダ 中華風スープ	牛乳 ワッフル
26	土	牛乳 ハッピータン	チャンポン 果汁100%ジュース	牛乳 パン
28	月	牛乳 きゅうり	鶏のさっぱり煮 コンビネーションサラダ	ジョア ハーベスト
29	火	牛乳 コロン	精進かき揚げ カミナリ汁	牛乳 スイートコーン
30	水	牛乳 チーズ	カレー麻婆春雨 しらすの酢の物	牛乳 青のりポテト
31	木	牛乳 ミニドーナツ	魚のムニエル かき玉汁	ジョア サブレ
				手作りおやつです

★ 離乳食の献立は、月齢に合った食材の中から独自の調理法で与えています。

