

8 がつ の こ ん だ て



＜お知らせ＞

4日(火) 8月生まれのお誕生会です。お箸を忘れないようお願いいたします。
12日(水)～15日(土) お弁当の日です。(おかず入りお弁当をお願いいたします。)
19日(水) カレーの日です。(以上児はスプーンをお願いいたします。)

煙山保育園

日 曜 日	午前おやつ	おひるの副食	未満児 主食	午後 おやつ	
	未満児			未満児	以上児
1 土	お菓子	ポテトグラタン 肉団子入りスープ くだもの	麦ごはん	牛乳 コッペパンサンド	牛乳 コッペパンサンド
3 月	お菓子	鶏肉の梅照り焼き すき昆布の煮物 青菜のごま和え たまねぎのみそ汁 くだもの	雑穀 ごはん	牛乳 ココア麩ラスク	牛乳 ココア麩ラスク
お誕生会 4 火	くだもの	かにさんピラフ ミートローフ マカロニサラダ 卵春雨スープ レモンゼリー	かにさん ピラフ	りんごシャーベット	りんごシャーベット
	野菜 ジュース	鮭の塩焼き じゃがいもの塩昆布炒め 青菜のおろし和え もやしのみそ汁 くだもの	麦ごはん	牛乳 フレーククッキー	牛乳 フレーククッキー
6 木	ふかし芋	おかから入り卵焼き チャプチェ きゅうりの塩昆布和え 青菜のみそ汁 くだもの	ごま塩 ごはん	ぶどうジュース ヨーグルトスコーン	ぶどうジュース ヨーグルトスコーン
7 金	ヨーグルト	夏野菜かき揚げ 厚揚げの煮物 ところてん もずくスープ くだもの	なめ茸 ごはん	お茶 とうもろこし	お茶 とうもろこし
8 土	お菓子	さばのみそ煮 夏野菜豚汁 くだもの	麦ごはん	牛乳 食パンサンド	牛乳 食パンサンド
10 月	くだもの	鶏肉のトマト煮 切干大根の洋風煮 水菜とひじきのサラダ キャベツスープ くだもの	麦ごはん	牛乳 カステラサンド	牛乳 カステラサンド
12 水	お菓子	お弁当の日		牛乳 ビスケット	牛乳 ビスケット
13 木	お菓子	お弁当の日		ぶどうジュース ウエハース	ぶどうジュース ウエハース
14 金	お菓子	お弁当の日		ヨーグルト	ヨーグルト
15 土	お菓子	お弁当の日		お茶 おせんべい	お茶 おせんべい
17 月	くだもの	鶏肉のさっぱり煮 ズッキーニのチーズ焼き 切干大根サラダ ミネストローネ くだもの	コーン ライス	牛乳 ポンデケージョ	牛乳 ポンデケージョ
18 火	ヨーグルト	さばの塩焼き 夕顔のあんかけ煮 青菜の磯辺和え にらたま汁 くだもの	麦ごはん	お茶 ビビンバおにぎり	お茶 枝豆
19 水	りんご ジュース	なすとひき肉のカレー ス克蘭ブルエッグ ナン 春雨サラダ くだもの	キャロット ライス	牛乳 ピザトースト	牛乳 ピザトースト
20 木	ジョア	豚肉の野菜巻き 五目豆 じゃこサラダ なめこ汁 くだもの	雑穀 ごはん	お茶 じゃじゃ麺	お茶 じゃじゃ麺
21 金	チーズ	かつおの竜田揚げ ピーマンしりしり キャベツの甘酢和え そうめん汁 くだもの	麦ごはん	富士山ゼリー	富士山ゼリー
22 土	お菓子	肉団子 ひつつみ汁 くだもの	麦ごはん	牛乳 スティックパン	牛乳 スティックパン
24 月	お菓子	のり塩チキン ひじきの煮物 塩昆布和え さつまいものみそ汁 くだもの	麦ごはん	牛乳 あげパン	牛乳 あげパン
25 火	チーズ	豚つくね ナポリタン 夏野菜の酢の物 わかめのみそ汁 くだもの	雑穀 ごはん	お茶 キンパ風おにぎり	お茶 キンパ風おにぎり
26 水	ぶどう ジュース	かれの梅マヨ焼き 筑前煮 干草和え おくらのすまし汁 くだもの	炊き込み ごはん	牛乳 スノーボールクッキー	牛乳 スノーボールクッキー
27 木	ヨーグルト	煮込みおでん なすと小松菜の塩昆布和え 枝豆 お茶 くだもの	納豆 ごはん	冷やしうどん	冷やし中華
28 金	くだもの	マカロニグラタン ビーフンソテー ポパイサラダ 押し麦入りスープ くだもの	麦ごはん	飲むヨーグルト さつまいも蒸しパン	飲むヨーグルト さつまいも蒸しパン
29 土	お菓子	枝豆のオムレツ 洋風ワンタンスープ くだもの	麦ごはん	牛乳 ツナサンド	牛乳 ツナサンド
31 月	ふかし芋	五目卵焼き 卵の花炒め 青菜のお浸し ひき肉のみそ汁 くだもの	ゆかり ごはん	牛乳 チーズケーキトースト	牛乳 チーズケーキトースト

※都合により、献立を変更する場合があります。

…今月の栄養平均…※()内は目標値です。

	3歳未満児	3歳以上児
エネルギー	423kcal(500)	334kcal(430)
たんぱく質	15.9g(21)	16.6g(22)
脂質	10.9g(14)	12.8g(15)
塩分	1.1g(1.3)	1.3g(1.5)

