



8 月予定献立表



＜平成28年＞
大崎保育園

日	曜日	献立	乳児		3時おやつ
			追加	10時	
1	月	中華丼、たまごとロマンの金魚しほ、ゆでとうもろこし、すまし汁、セリー	チーズキス	フルーツ せんべい	冷やしうどん
2	火	ご飯、魚のミルクソースかけ、マカロニサラダ、トマトわかめのスープ、フルーツ	豆腐	フルーツ ワエリース	ホントコロソ
3	水	納豆ご飯、鶏胸肉のカレ風味揚げ、野菜のこま和え、みそ汁、フルーツ	乾わかめ	フルーツ ふかし芋	卵ポテロ
4	木	ご飯、ふりかけ、豚肉の梅おかわり炒め、セリ根大根サラダ、すまし汁、フルーツ	レズン	フルーツ チーズトースト	かぼちの バゲットケーキ
5	金	ご飯、もも肉の照り焼き、しらす和え、オクラのかき玉スープ、フルーツ	味付けのり	フルーツ ポーロ	マシマロおこし
6	土	きつねうどん、ツチサラダ、フルーツ	チーズキス	フルーツ ビスケット	
8	月	きつね粉ご飯、魚のしモン煮し、ホントサラダ、スープ、セリー	レズン	フルーツ おろしりん布	チーズケーキ
9	火	ご飯、ミンチカツ、ちかちか和え、みそ汁、フルーツ	乾わかめ	フルーツ ポーロ	フルーツヨーグルト
10	水	ご飯、しんじょの南蛮漬、ひじきサラダ、すまし汁、フルーツ	ポテトマ	フルーツ ワエリース	かき氷
11	木	〈山の日向〉			
12	金	ハヤシライス、ロールソー、チーズキス、フルーツ	レズン	フルーツ せんべい	アメリカンシシ
13	土	〈夏季休園〉			
15	月	〈夏季休園〉			
16	火	牛丼、高野豆腐の卵とじ、糸内豆和え、みそ汁、セリー	乾わかめ	フルーツ ビスケット	ホントグラタン
17	水	そうめん、鶏肉の香味焼き、さつま芋のしモン煮、ゆでとうもろこし、フルーツ	チーズキス	フルーツ クラッカー	フレッシュトースト
18	木	梅干しご飯、豚肉のささみ、トマトきゅうりサラダ、みそ汁、フルーツ	豆腐	フルーツ ワエリース	ふのラスク
19	金	〈誕生会〉		フルーツ ポーロ	ケーキ
20	土	豚丼、みそ汁、フルーツ	乾わかめ	フルーツ せんべい	
22	月	ご飯、味付けのり、栄養揚げ、ロマンの塩昆布和え、みそ汁、フルーツ	ポテトマ	フルーツ チーズトースト	豆大福
23	火	〈弁当の日〉		フルーツ ワエリース	じゃが芋もち
24	水	大豆入りわかめご飯、漬魚、こま和え、すまし汁、フルーツ	チーズキス	フルーツ ビスケット	セリークラッカー
25	木	ひじきご飯、ささ身の梅カツ、かきかきサラダ、みそ汁、フルーツ	うすら卵	フルーツ ふかし芋	生ドラ焼き
26	金	メロンパン、トマトソース、コーンセキソール、ミネストローネ、セリ根、スライス野菜	スライス野菜	フルーツ おろしりん布	照り焼きご飯
27	土	ミニスイート、かきもちサラダ、フルーツ	レズン	フルーツ ポーロ	
29	月	ご飯、チーズインハンバーグ、ナムル、かき玉汁、フルーツ	ポテトマ	フルーツ せんべい	さつま芋の ミルクプリン
30	火	冷やし中華、甘辛カレー、アキナス、セリ根大根とひじきのサラダ、ヨーグルト	イチョーシシ	フルーツ ワエリース	納豆年巻き
31	水	モマカレー、粉ふき芋、スティック野菜、ポテトマ、チーズキス、スープ、セリー	うすら卵	フルーツ ビスケット	スチームわかもち
	木				
	金				
	土				

夏バテしない食生活づくり
たんぱく質、ビタミンB1を豊富に含む
豚肉、枝豆は夏バテ防止に有効です！
酸味や香辛料で食欲をアップしましょう！



和食を知ろう！～和食を変える箸～

箸は日本の食文化を代表する食具。
食事に使う「食箸」「取り箸」
調理に使う「菜箸」
箸の素材もいろいろあり、
加工や長さも豊富です。
個人が使う「食箸」は使う人に合わせた、
持ちやすい長さの箸を選びましょう。
子ども用には使いやすい適正な長さの箸を！

