

8月分給食予定献立表

5年 泉チェリーこども園

日	曜日	未満児のおやつ	主食	昼食	午後のおやつ
1	火	ゼリー	パン	ウインナーソテー コーンスープ パナナ 牛乳	肉味噌うどん お茶
2	水	せんべい	ごはん	大根のそぼろ煮 豚汁 オレンジ	ごまトースト 牛乳
3	木	ヨーグルト	うどん	ちくわの磯辺揚げ 野菜炒め すいか	茹でとうもろこし 牛乳
4	金	ジュース	ごはん	かぼちゃカレー チーズサラダ メロン	ピザポテト 牛乳
5	土	クラッカー 牛乳	ごはん	煮魚(まぐろ) けんちん汁 パナナ	せんべい ジュース
6	日				
7	月	せんべい	ごはん	豆腐のあんかけ じゃがいもの味噌汁 グレープフルーツ	メロンパン 牛乳
8	火	ゼリー	パン	卵焼き トマトスープ パナナ 牛乳	ミートソーススパゲティ お茶
9	水	せんべい	ごはん	鮭の梅味噌焼き 青菜のすまし汁 オレンジ	みかんゼリー バウムクーヘン
10	木	ヨーグルト	うどん	カレーうどん ブロッコリーのツナ和え すいか	五平もち お茶
11	金			山の日	
12	土				
13	日				
14	月	せんべい	ごはん	おから炒り なめこ汁 グレープフルーツ	カステラ 牛乳
15	火	ゼリー	ごはん	おくずかけ ひじき煮 パナナ	クラッカー 牛乳
16	水	せんべい	ごはん	炒り豆腐 わかめの味噌汁 オレンジ	チーズパイ 牛乳
17	木	ヨーグルト	うどん	さばのごま焼き きゅうりの甘酢和え すいか	ドライカレー お茶
18	金	ジュース	ごはん	大根のそぼろ煮 豚汁 メロン	フライドポテト 牛乳
19	土	クラッカー 牛乳	ごはん	煮魚(まぐろ) けんちん汁 パナナ	せんべい ジュース
20	日				
21	月	せんべい	ごはん	豆腐のあんかけ じゃがいもの味噌汁 グレープフルーツ	みたらし団子 牛乳
22	火	ゼリー	パン	卵焼き トマトスープ パナナ 牛乳	サワーライス お茶
23	水	せんべい	ごはん	鮭の梅味噌焼き 青菜のすまし汁 オレンジ	クロワッサン 牛乳
24	木	ヨーグルト	うどん	カレーうどん ブロッコリーのツナ和え すいか	ドリア お茶
25	金	ジュース	ごはん	とんかつ のり汁 メロン	マフィン 牛乳
26	土	クラッカー 牛乳	ごはん	ひじき煮 おくらの味噌汁 パナナ	せんべい ジュース
27	日				
28	月	せんべい	ごはん	おから炒り なめこ汁 グレープフルーツ	バナナケーキ 牛乳
29	火	ゼリー	パン	ウインナーソテー コーンスープ パナナ 牛乳	焼きそば お茶
30	水	せんべい	ごはん	炒り豆腐 わかめの味噌汁 オレンジ	ジャムサンドパン 牛乳
31	木	ヨーグルト	うどん	さばのごま焼き きゅうりの甘酢和え すいか	大学いも 牛乳

今月の栄養価				
	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g
3才未満児	545	20.0	17.6	1.6
3才以上児	608	22.3	19.5	1.7

食育活動
 2日 きゅうり漬け作り アンドロメダ座組
 9日 アイスパフェ作り カシオペア座組(オレンジ・ホワイト)

<おくずかけ>

宮城の郷土料理で、お盆や春や秋のお彼岸に作る精進料理です。おくずかけに入れる野菜はお盆なら夏野菜、お彼岸なら、その季節の野菜となんの野菜を入れてよいので各家庭の味を子ども達に伝えていきたいですね。

