

給食だより

8月号 金沢保育園



厳しい暑さに負けず、子どもたちは、毎日元気いっぱい遊んでいます。今年は色々な規制がある中ではありますが、子どもたちには夏の遊びを存分に楽しんでもらいたいですね。

この時期は、暑いとつい手がでてしまう冷たい物ですが、冷たい物の摂りすぎは、おなかを冷やして様々なトラブルにつながります。特にアイスクリームや炭酸飲料には砂糖が多く含まれるので、食欲不振の原因となりますので注意しましょう。

7月20日 “お台所ごはんの日” 献立

- ・十五穀米入りごはん
- ・ひじき入りほうれん草としらす納豆
- ・鮭の甘酢あんかけ ・ブロッコリー
- ・豆腐の冷やし汁
- ・トマトのゼリー寄せ



今月のお楽しみランチは4日です！

人気のかき氷屋さんが開店します。色々な味のシロップの他に、フルーツなどのトッピングが選べますよ♪自分だけのオリジナルかき氷を食べながら、ひんやり&おいしくクールダウンして

ほしいと思っています！お楽しみに・・・！



……アレルギー除去食について……

- マヨネーズは卵不使用のものを使っています。
- シチュー、カレー、チャウダーのルーは卵・乳・小麦を使わず手作りにしています。
- 園で使用しているかまぼこ、さつまあげ、ウインナー、フランクフルトは卵不使用のものを使っています。

31日(月)	日(火)	日(水)	日(木)	日(金)	1日(土)
(小魚)	離乳食はすべて、個別献立となっております。開始時期や月齢に応じた献立となっておりますが、さらに一人一人の噛む力や消化能力の発達に合わせて、大きさや硬さ、食べ具合につきましても配慮し、ご家庭と連携を取りながら無理なくすすめておりますので、ご安心下さい。その他、アレルギー除去食、体調に合わせた個別対応食も提供しておりますので、ご相談下さい。				ほっころタイム(ゼリー)
・冷やし中華 盛り合わせ ・フルーツヨーグルト ・麦茶					・ジャムサンド ・フランクフルト ・ブロッコリー ・コーンスープ ・フルーツ ・麦茶
・クロワッサン ・牛乳	・おせんべい ・牛乳				
3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
ほっころタイム(せんべい)	《お楽しみランチ DE 人気のかき氷屋さんが開店します♪》	ほっころタイム(ゼリー)	《スイカ割り大会》	ほっころタイム(鉄ゼリー)	ほっころタイム(ゼリー)
・冷やしそうめん 盛り合わせ ・さやいんげんと 鶏肉の煮つけ ・厚焼き卵 ・フルーツ盛り合わせ ・かぼちゃパンケーキ ・スキムミルク	・チキンカレーライス ・スティックきゅうり ・チーズ・麦茶 ・ブルーベリーヨーグルト	・ひじきごはん ・なすの甘醤油炒め ・かぼちゃとピーマンの天ぷら ・鶏肉のすまし汁 ・オレンジ・麦茶 ・おせんべい ・スキムミルク	・ごはん ・鮭の塩こうじ焼き ・トマトサラダ ・青菜汁 ・バナナ ・麦茶 ・オレンジかたくり	・ごはん ・白身魚の味噌煮 ・ほうれん草昆布和え ・トマト ・野菜汁 ・バナナ・麦茶 ・あべかわマカロニ ・牛乳	・焼きうどん ・かまぼこ ・ブロッコリー ・もやし汁 ・フルーツ ・麦茶 ・おせんべい ・牛乳
10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
	(ゼリー)	(ミルク)			
山の日	・カレーピラフ ・赤ウインナー ・ゴボウサラダ ・小松菜と卵のスープ ・スイカ ・麦茶 ・ふかしいも ・牛乳	・ごはん ・さんまの蒲焼き ・かぼちゃの甘煮 ・オクラの醤油和え ・なす汁 ・オレンジ・麦茶 ・ジョアヨーグルト	希望保育 ※給食あります。	希望保育 ※給食あります。	希望保育 ※給食あります。
17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
(小魚)	(せんべい)	(肝油)	(ゼリー)	(鉄ゼリー)	(ゼリー)
・焼きそば ・ブロッコリー ・肉だんご ・中華スープ ・バナナ ・麦茶 ・クロワッサン ・スキムミルク	・ごはん ・サバのきじ焼き ・ブロッコリー ・厚焼き卵 ・シーチキン汁 ・オレンジ・麦茶 ・プレーンヨーグルト	・ふりかけごはん ・冷しゃぶサラダ ・ゆで卵スライス ・トマト ・玉ねぎのみそ汁 ・スイカ・麦茶 ・ヤクルト	お台所ごはんの日 ~郷土食・伝統食~ ・昆布と枝豆のおにぎり ・お茶	・シーフードドリア ・スライスきゅうり ・トマト ・ロースハム ・コーンスープ ・オレンジ・麦茶 ・おせんべい ・スキムミルク	・中華丼 ・ホットウインナー ・鶏だんごスープ ・フルーツ ・麦茶 ・おせんべい ・牛乳
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
(ゼリー)	(ゼリー)	(肝油)	(鉄ゼリー)	(ミルク)	(ゼリー)
・五目中華 ・焼き豚スライス ・フルーツサラダ ・麦茶 ・豆腐ドーナツ ・牛乳	・ごはん ・白身魚のムニエル ラビゴットソース ・スパゲティサラダ ・豆腐汁 ・オレンジ・麦茶 ・Ca強化チーズ ・スキムミルク	・しらすごはん ・レバーのカレー揚げ ・中華サラダ ・ワントンスープ ・バナナ ・麦茶 ・ピーチゼリー	・ごはん ・鮭の照り焼き ・豆腐サラダ ・なすのすまし汁 ・スイカ ・麦茶 ・おせんべい ・スキムミルク	・夏野菜カレーライス ・大豆いり ひじきのきんぴら ・チーズ ・バナナ ・麦茶 ・ジョアヨーグルト	・クロワッサン ・鶏肉の唐揚げ ・ブロッコリー ・オニオンスープ ・フルーツ ・麦茶 ・おせんべい ・牛乳

※行事などの都合で、献立が入れ替わることがあります。また、食材発注の関係で献立内容を一部変更する場合があります。