

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、暑いとつい手が出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、ウィンナー、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)
<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・冷やし中華ほぐし盛り合わせ ・フルーツヨーグルト ・麦茶 	<p>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。</p> 				<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・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
<ul style="list-style-type: none"> ・クロワッサン ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい ・牛乳 				<ul style="list-style-type: none"> ・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)
<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・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 ・厚焼き卵ほぐし ・フルーツ盛り合わせ ・かぼちゃパンケーキ ・スキムミルク 	<p>《お楽しみランチ DE 人気のかき氷屋さんが開店します♪》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・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 	<p>《スイカ割り大会》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・焼きうどんほぐし ・かまぼこスライス ・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)
山の日	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・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 ・ふかしもち ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・ミルク ・ごはん ・さんまの蒲焼ほぐし ・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)
<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・焼きそばほぐし ・ブロッコリー ・肉だんごほぐし ・中華スープ ・バナナ ・麦茶 ・クロワッサン ・スキムミルク 	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・サバのきじ焼ほぐし ・ブロッコリー ・厚焼き卵ほぐし ・シーチキン汁 ・オレンジ・麦茶 ・プレーンヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・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(ジョア) 	<p>お台所ごはんの日 ～郷土食・伝統食～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・昆布と枝豆のおにぎり ・お茶 	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・中華丼ほぐし ・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)
<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・五目中華ほぐし ・焼き豚スライス ・フルーツサラダ ・麦茶 ・豆腐ドーナツ ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・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 ・おせんべい ・スキムミルク 	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・鮭の照り焼きほぐし ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・ミルク ・夏野菜のベビーカレーライス ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・おせんべい・牛乳 ・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。