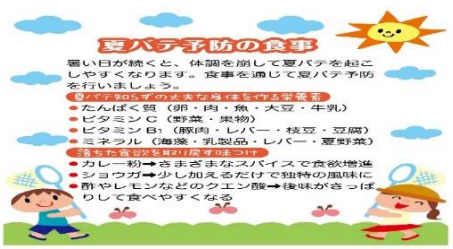
8月こんだてひょう　　みんなのとっぽこども園

曜日	日付	2歳おやつ	おひる	おやつ
土	1 29	白せんべい 麦茶	けんちんうどん　キャベツの塩昆布和え ゼリー	タルト 豆乳
月	3 17	ビスコ 豆乳	冷やし中華（ごま）えびボール　すいか	おかかチーズにぎり 麦茶
火 水	4 19	クラッカー 麦茶	ごはん　生姜焼き　小松菜の海苔和え 茄子の味噌汁　バナナ	アイスボックスクッキー 豆乳
水 月	5 31	ビスケット 麦茶	夏野菜カレー　フルーツサラダ　えのきのスープ ヨーグルト	マカロニきな粉黒蜜 豆乳
木	6 20	せんべい 豆乳	ナポリタン　ブロッコリーサラダ オニオンスープ　すいか	鶏飯 麦茶
金	7 21	クラッカー 豆乳	7：食パン　21：コッペパン 白身魚のフライ　千キャベツ ミネストローネ　ヨーグルト	つるつるうどん 麦茶
土	8 22	せんべい 麦茶	マーボー丼　グリーンサラダ　わかめスープ ゼリー	クレープ 豆乳
月	10	ビスケット 豆乳	カレーうどん　ささみとレタスのサラダ メロン	ホットケーキ 豆乳
水	12 26	ビスコ 麦茶	炒飯　海老焼売　野菜スープ ヨーグルト	シュガーチーズトースト 豆乳
木	13 27	クラッカー 麦茶	チキン南蛮丼　トマトとレタスのサラダ 具沢山味噌汁　オレンジ	13日シューアイス 27日オレンジババロア 麦茶
金	14	ビスケット 豆乳	ツナと蓮根の和風パスタ　カニカマサラダ ネギのスープ　ゼリー	しらすとたぬきのおにぎり 麦茶
土	15	せんべい 麦茶	冷やしきつねうどん　天ぷら（ささみ・さつま芋） ゼリー	クレープ 豆乳
火	18	ビスケット 麦茶	プルコギ巻き　チョレギサラダ　春雨スープ 梨	わんぱくチーズ蒸しパン 豆乳
月	24	ビスコ 麦茶	ごはん　ささみのチーズパン粉焼き 春雨サラダ　ネギのスープ　メロン	ホットケーキ 豆乳
火	25	ビスケット 豆乳	ごはん　鮭の醤油バター　青菜の納豆和え 豆腐となめこの味噌汁　バナナ	カレーチップ 麦茶
金	28	ビスコ 麦茶	お誕生日会	なんでしょう

エネルギー529kcalたんぱく質18.6g　脂質17.0g　塩分2.0g

園で使用のマヨネーズ竹輪・中華麺・ミックス粉　ウインナー　カニカマ　さつま揚げはすべて鶏卵不使用を使用しています



8月は気温も湿度も高く、暑さで子どもたちの食欲も落ちやい時期です。その為8月の献立では、いつもより麺類や丼ものを多く取り入れ、食べやすく、しっかり栄養が取れるよう工夫しています。暑い夏は、つい冷たい物ばかり食べたり飲んだりしがちです
。ご家庭でも冷たい物の摂りすぎに気を気を漬けバランスの良い食事を心がけながら、元気に夏を過ごしましょう