



8月の給食だより

冷たいスイカの美味しい季節となりました。

8月も4日、21日にスイカを出す予定にしています。

夏は体力の消耗が激しい季節です。プール遊びや外遊びの後は水分補給をしっかりと、休養、睡眠を心がけて楽しい思い出をたくさん作ってくださいね。



夏の水分補給

暑い時にジュースなどの清涼飲料水を飲むことは、甘くておいしくて子どもたちは大好きですね。

しかし、飲み過ぎると疲労感が増したり食欲低下になったりと注意が必要です。量に気をつけ上手に水分補給しましょう。



令和 7年 8月 枚田みのり保育園

1(金)	2(土)
ご飯・ふりかけ・鮭のごまみそ焼き ほうれん草のおかか和え・すまし汁 ☆ 精白米 ☆ さけいりごま ☆ キャベツ もやし ほうれんそう にんじん かつお節 ☆ えのきたけ たまねぎ にんじん 切干しだいこん 牛乳・チャーハン風おにぎり ☆ 普通牛乳 ☆ 精白米 にんじん たまねぎ ベーコン	！！みのり夏祭り

4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
ご飯・カレイのトマトソース ブロッコリーのナムル・コーンスープ ☆ 精白米 ☆ まがれい トマトホール缶詰 トマトケチャブ ☆ ブロッコリー キャベツ にんじん いりごま ごま ☆ コーンクリーム にんじん たまねぎ ほうれんそう 普通牛乳 牛乳・すいか ☆ 普通牛乳 ☆ すいか	ご飯・ひじきそぼろ丼・小松菜のごま和え みそ汁(かぼちゃ) ☆ 精白米 ☆ 乾ひじき たまねぎ にんじん いんげん 鶏ひき肉 ☆ こまつな りょくとうもやし キャベツ にんじん いりごま 牛乳・ヨーグルトケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス ヨーグルト みかん缶詰	ご飯・夏野菜のポークカレー・ゴマドレサラダ コンソメスープ ☆ 精白米 ☆ ぶたひき肉 にんじん たまねぎ なす ピーマン ☆ かぼちゃ カレールウ ☆ にんじん キャベツ りょくとうもやし いりごま マヨネーズ ヤクルト・きなこラスク ☆ 乳酸菌飲料 ☆ ロールパン きな粉 パター 砂糖	ご飯・厚揚げの煮物・ツナの酢の物 冷やし肉みそうどん ☆ 精白米 ☆ 生揚げ たまねぎ こまつな にんじん ☆ キャベツ にんじん 生わかめ まぐろ水煮缶詰 ☆ うどん ぶたひき肉 にんじん きゅうり 牛乳・パインアップルゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ パインアップル缶詰 パインアップルジュース	ご飯・夏野菜のオムレツ風・ひじきサラダ チンゲン菜ともやしのスープ・牛乳 ☆ 精白米 ☆ 鶏卵 木綿豆腐 トマト にんじん 青ピーマン ☆ まぐろ油漬缶詰 チーズ トマトケチャブ ☆ 乾ひじき キャベツ にんじん マヨネーズ お茶・フルーチェ ☆ 麦茶 ☆ 普通牛乳	ご飯・豚丼・ゆかりの和えもの みそ汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ 豚肉 にんじん たまねぎ ☆ キャベツ りょくとうもやし にんじん ☆ 木綿豆腐 にんじん たまねぎ 青ねぎ 牛乳・マーブルケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス ビュアココア
11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
山の日	ご飯・納豆・鯖のごま焼き・野菜のソテー みそ汁(切干大根) ☆ 精白米 ☆ 納豆 ☆ さば ごま ☆ キャベツ たまねぎ こまつな にんじん ぶたミンチ ☆ 切干しだいこん たまねぎ にんじん 豆腐 ねぎ 牛乳・ビスケット ☆ 普通牛乳 ☆ ビスケット	お盆希望保育(13~15日) お弁当のご持参をお願いいたします			ゆかりごはん・焼きそば・厚揚げの煮物 すまし汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ 中華めん ぶたもも にんじん たまねぎ キャベツ ☆ あおさ かつお節 ☆ 生揚げ たまねぎ にんじん さやいんげん ☆ にんじん たまねぎ 青ねぎ 木綿豆腐 牛乳・フルーツ牛乳ゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ フルーツ牛乳 粉寒天
18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)
ご飯・タコライス・ツナサラダ かぼちゃの豆乳スープ ☆ 精白米 ☆ ぶたひき肉 たまねぎ トマト缶詰 にんじん 青ピーマン カレー粉 ウスターソース ☆ キャベツ きゅうり にんじん まぐろ油漬缶詰 マヨネーズ 牛乳・ごまきなこクッキー ☆ 普通牛乳 ☆ 薄力粉 いりごま きな粉 有塩バター	ご飯・さばの塩こうじ焼き・切干し大根の煮 みそ汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ さば 米こうじ ☆ 切干しだいこん にんじん さやいんげん ☆ 木綿豆腐 にんじん たまねぎ こまつな お茶・カルピスゼリー ☆ 麦茶 ☆ 乳酸菌飲料 みかん缶詰 粉寒天	ご飯・ホキの磯たがら・春雨の酢の物 みそ汁(厚揚げ) ☆ 精白米 ☆ ホキ あおさ 天ぷら粉 ☆ はるさめにんじん キャベツ きゅうり ☆ 生揚げ にんじん たまねぎ だいこん 青ねぎ 牛乳・バナナ豆乳ケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス バナナ 豆乳	ご飯・豚玉丼・ブロッコリーとひじきの炒め みそ汁(さつまいも) ☆ 精白米 ☆ ぶたもも 鶏卵 たまねぎ にんじん 糸みつば ☆ ブロッコリー ひじき たまねぎ にんじん ☆ にんじん たまねぎ さつまいも 青ねぎ 牛乳・すいか ☆ 普通牛乳 ☆ すいか	ご飯・鮭の大葉みそ焼き じゃがいものカレーソテー・もずくのかきたま汁 ☆ 精白米 ☆ さけしその葉 甘みそ ☆ じゃがいも たまねぎ にんじん ピーマン 牛ひき肉 ☆ カレー粉 ☆ もずく 鶏卵 木綿豆腐 にんじん たまねぎ 牛乳・オレンジ・小魚 ☆ 普通牛乳 ☆ オレンジ	ご飯・豚肉と厚揚げの炒め物・ゴマ和え すまし汁(小松菜) ☆ 精白米 ☆ 生揚げ 豚肉 たまねぎ にんじん ☆ キャベツ りょくとうもやし にんじん いりごま ☆ たまねぎ こまつな えのきたけ にんじん 牛乳・りんごゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ りんごジュース 寒天
25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
ご飯・夏野菜ハンバーグ・ひじき煮 みそ豆乳スープ・健康ふりかけ ☆ 精白米 ☆ ぶたひき肉 牛ひき肉 ピーマン たまねぎ 豆腐 ☆ トマトケチャブ トマト ☆ 乾ひじき にんじん さやいんげん 生揚げ 牛乳・マーブルケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス ビュアココア	ご飯・鮭のポテトチーズ焼き ブロッコリーサラダ・みそ汁(小松菜) ☆ 精白米 ☆ たいせいようさけ じゃがいも チーズ ☆ ブロッコリー キャベツ にんじん ツナ缶 ☆ マヨネーズ ☆ こまつな たまねぎ にんじん 木綿豆腐 牛乳・ごま昆布おにぎり ☆ 普通牛乳 ☆ 精白米 いりごま 塩昆布	ご飯・親子丼・かぼちゃのオープン焼き みそ汁(なす) ☆ 精白米 ☆ 鶏もも肉 鶏卵 たまねぎ にんじん 糸みつば ☆ かぼちゃ プロセスチーズ ☆ なす たまねぎ にんじん 青ねぎ 生揚げ 牛乳・クラッカー ☆ 普通牛乳 ☆ スナッククラッカー	ご飯・納豆・カレイの照り焼き 夏野菜としらすのかき揚げ・すまし汁(ほうれん草) ☆ 精白米 ☆ 納豆 ☆ まがれい ☆ しらす干し かぼちゃ たまねぎ にんじん ピーマン ☆ 天ぷら粉 なたね油 牛乳・チーズ・バナナ ☆ 普通牛乳 ☆ プロセスチーズ	わかめごはん・厚揚げと鶏肉の煮物 きゃべつのカレー炒め・冷やしそうめん ☆ 精白米 カットわかめ ☆ 鶏もも肉 生揚げ たまねぎ にんじん ☆ キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン 牛ひき肉 ☆ カレー粉 ☆ そうめん にんじん きゅうり まぐろ油漬缶詰 お茶・コーンフレークヨーグルト ☆ お茶 ☆ コーンフレーク プレーンヨーグルト	ご飯・スタミナ丼・粉ふきいも みそ汁(厚揚げ) ☆ 精白米 ☆ ぶたかた たまねぎ にんじん さやいんげん ☆ 焼き肉のたれ ☆ じゃがいも あおさ ☆ 生揚げ にんじん たまねぎ 青ねぎ 牛乳・苺ジャムケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス いちごジャム

