

# 8月の給食だより

いよいよ夏本番！熱中症予防に水分と塩分、野菜も取れるお味噌汁がおすすめです。朝ごはんもしっかりと食べて、夏を元気に過ごせると良いですね。

令和6年 8月 めばえのにわ保育園



5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
<b>ご飯・ぶりの煮つけ・切り干し大根のサラダ</b> <b>みそ汁(厚揚げ)</b> ☆ 精白米 ☆ ぶりしょうが ☆ 切干しだいこん 人参 きゅうり ごま ☆ 厚揚げ 人参 玉ねぎ こまつな	<b>キヌアご飯・豚の塩麴焼き・ポテトサラダ</b> <b>みそ汁(なす)</b> ☆ 精白米 キヌア ☆ 豚肉 玉ねぎ ねぎ ☆ じゃがいも 人参 きゅうり コーン ツナ缶 ☆ なす 玉ねぎ 油揚げ ねぎ 人参	<b>親子丼ぶり・かぼちゃ煮</b> <b>ミルクスープ(小松菜)</b> ☆ 鶏卵 鶏もも肉 玉ねぎ のり 精白米 ☆ かぼちゃ ☆ こまつな 人参 ぶなしめじ 牛乳	<b>ご飯・高野のから揚げ・ピーマンのじゃこ炒</b> <b>かきたま汁(もずく)</b> ☆ 精白米 ☆ 高野豆腐 ☆ ピーマン 人参 しらす干し ☆ もずく 鶏卵 人参 玉ねぎ	<b>ご飯・納豆・赤魚の煮付け・小松菜のおひた</b> <b>すまし汁(きのこ)</b> ☆ 精白米 ☆ 納豆 ☆ 赤魚 ☆ こまつな 人参 えのきたけ かつお節 ☆ 生しいたけ えのきたけ 玉ねぎ 人参 ねぎ ☆ きな粉サンド・牛乳 ☆ 食パン きな粉 牛乳 ☆ 牛乳	<b>わかめごはん・焼肉風野菜炒め・トマト</b> <b>かきたま汁</b> ☆ 精白米 わかめ ごま ☆ 牛肉 キャベツ ピーマン 人参 ☆ もやし どうもろこし ☆ トマト ☆ 鶏卵 玉ねぎ 人参 麩
<b>とうもろこし・お菓子・牛乳</b> ☆ スとうもろこし ☆ お菓子 ☆牛乳	<b>胡麻きなこクッキー・牛乳</b> ☆ しいりごま きな粉 ホットケーキ粉 牛乳 ☆ 牛乳	<b>餃子のピザ・牛乳</b> ☆ ぎょうざの皮 ピーマン コーン ツナ缶 チーズ	<b>りんごとレーズンのケーキ・牛乳</b> ☆ りんご レーズン ホットケーキ粉 牛乳 ☆ 牛乳	<b>鮭ごはん・五目きんぴら</b> <b>豆乳みそ汁(かぼちゃ)</b> ☆ 精白米 さけ ごま ☆ ごぼう 大根 人参 しらすたき ねぎ ☆ かぼちゃ 人参 玉ねぎ 豆乳	<b>ご飯・鶏の葛煮・ひじきサラダ</b> <b>みそ汁(じゃがいも)</b> ☆ 精白米 ☆ 鶏もも肉 ☆ 人参 きゅうり 乾ひじき キャベツ ごま ☆ 玉ねぎ じゃがいも ねぎ 人参 油揚げ
振替休日	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
<b>お盆希望保育メニュー</b>					
<b>ご飯・厚揚げのそぼろ煮・葱入り卵焼き</b> <b>みそ汁(小松菜)</b> ☆ 精白米 ☆ 厚揚げ 鶏ひき肉 ☆ 鶏卵 ねぎ ☆ こまつな 玉ねぎ 人参	<b>キヌアご飯・白身魚のフライ・オクラ納豆</b> <b>トマト入りかきたまスープ</b> ☆ 精白米 キヌア ☆ メルルルーサ パン粉 薄力粉 ☆ オクラ 人参 納豆 ☆ トマト 人参 玉ねぎ 鶏卵	<b>焼きそば・トマト・みそ汁(じゃがいも)</b> ☆ 中華めん 人参 玉ねぎ もやし キャベツ 豚肉 ピーマン ☆ トマト ☆ 玉ねぎ じゃがいも ねぎ 人参 油揚げ	<b>ご飯・豚のカレーピカタ・味噌ミルクスープ</b> <b>ブロッコリーとコーンのサラダ</b> ☆ 精白米 ☆ 豚肉 鶏卵 ☆ ブロッコリー コーン 人参 ☆ こまつな 人参 玉ねぎ ねぎ	<b>ご飯・すずきの梅醬油漬け・ひじき煮</b> <b>みそ汁(小松菜)</b> ☆ 精白米 ☆ すずき 梅干し ☆ 乾ひじき 油揚げ 大豆 人参 さやいんげん ☆ こまつな 人参 玉ねぎ	<b>ご飯・肉じゃが・オクラ納豆</b> <b>すまし汁(キャベツ・あげ)</b> ☆ 精白米 ☆ 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 いんげん ☆ オクラ 納豆 ☆ キャベツ 玉ねぎ 人参 油揚げ
<b>マヨコーントースト・牛乳</b> ☆ 食パン コーン ツナ缶 ☆ 牛乳	<b>蒸し芋・牛乳</b> ☆ さつまいも ☆ 牛乳	<b>おにぎり(ツナ、わかめ)・牛乳</b> ☆ 精白米 ツナ缶 わかめ ☆ 牛乳	<b>焼ポテト・牛乳</b> ☆ じゃがいも あおのり ☆ 牛乳	<b>豆腐ドーナツ(南瓜)・牛乳</b> ☆ ホットケーキ粉 豆腐 かぼちゃ ☆ 牛乳	<b>お菓子・バナナ・牛乳</b> ☆ お菓子 ☆牛乳 ☆ バナナ
26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
<b>夏野菜カレー・コーンサラダ・卵スープ</b> ☆ 精白米 牛ひき肉 かぼちゃ なす 玉ねぎ 人参 カレールウ 牛乳 ☆ コーン キャベツ 人参 ☆ 鶏卵 人参 玉ねぎ えのきたけ	<b>ご飯・サバの味噌煮・納豆サラダ</b> <b>すまし汁(わかめ・えのき)</b> ☆ 精白米 ☆ さばしょうが ☆ 納豆 人参 キャベツ こまつな ☆ えのきたけ 乾わかめ 玉ねぎ 豆腐	<b>ひじきごはん・厚揚げの生姜煮</b> <b>切り干し大根のサラダ・豆乳みそ汁</b> ☆ 精白米 ひじき 人参 えのきたけ ☆ 厚揚げしょうが ねぎ ☆ 切干しだいこん 人参 きゅうり ごま ☆ かぼちゃ 人参 玉ねぎ 豆乳	<b>ツナマヨサンド・夏野菜のチーズ焼き</b> <b>クリームシチュー</b> ☆ 食パン ツナ缶 ☆ チーズ かぼちゃ ピーマン 玉ねぎ ☆ 鶏もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ シチュール 牛乳	<b>ご飯・鶏肉のトマト煮・ブロッコリー</b> <b>コンソメスープ</b> ☆ 精白米 ☆ 鶏もも肉 トマト たまねぎ ☆ ブロッコリー ☆ キャベツ 玉ねぎ 人参 コーン	<b>牛丼・小松菜のおひたし・みそ汁(里芋)</b> ☆ 牛肉 玉ねぎ 長ねぎ 精白米 ☆ こまつな 人参 えのきたけ かつお節 ☆ さといも 玉ねぎ ねぎ 人参
<b>小魚・キウイフルーツ・牛乳</b> ☆ うるめいわし丸干し ☆ キウイフルーツ ☆牛乳	<b>ポパイケーキ・牛乳</b> ☆ ほうれん草 ごま ホットケーキ粉 牛乳 ☆ 牛乳	<b>フルーツゼリー・牛乳</b> ☆ りんご バナナ ゼラチン りんごジュース ☆ 牛乳	<b>きな粉おにぎり・牛乳</b> ☆ 精白米 きな粉 ☆ 牛乳	<b>マカロニきなこ・ブルー・牛乳</b> ☆ マカロニ きな粉 ☆ 干しブルー ☆牛乳	<b>バナナ・お菓子・牛乳</b> ☆ バナナ ☆お菓子 ☆ 牛乳

給食やおやつに夏が旬の野菜や果物を

多く取り入れています。

部屋に飾ったり、実際に触れてみたり・・・  
食事から季節を感じ、興味を持ってくれると  
嬉しく思います。



災害・非常時の給食について

近年、地震や豪雨により大きな災害が各地で発生しています。

万が一の備品や備蓄食は準備されていますか？

めばえのにわ保育園では『水・離乳食・幼児食・おやつ』を備蓄しています。  
非常時には予定献立を変更し提供させていただきますのでご了承ください。



