

8月の献立

	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
おひる				<ul style="list-style-type: none"> ごはん 切干大根のすまし汁 干草焼き ほうれん草のお浸し ネーブル 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん えのきのコンソメスープ さけのオーロラソースかけ 海藻サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ジャージャー麺 バナナ
おやつ	夏バテ防止にしっかり食べてスタミナつけよう!!			ゆかりおむすび お茶	ぶどう (デラウエア) 牛乳	きな粉クッキー 牛乳
	5	6	7	8	9	10
おひる	<ul style="list-style-type: none"> ごはん キャベツのスキム入味噌汁 カレー豆腐 切干大根のサラダ パイナップル 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん そつめんのすまし汁 さばの塩焼き オクラの磯和え スイカ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん わかめの味噌汁 冬瓜の吉野煮 キャベツのお浸し バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん トマトスープ げんこつ揚げ モロヘイヤのナムル ネーブル 	<ul style="list-style-type: none"> 麦ごはん ぎくらの中華スープ 肉野菜炒め ハンサンスー グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> 冷製スパゲティー バナナ
おやつ	バターラスク 牛乳	マカロニのあべかわ 牛乳	ニラとツナのチヂミ 牛乳	フルーツ ヨーグルト 牛乳	とうもろこし 牛乳	トマト カップケーキ 牛乳
	12	13	14	15	16	17
おひる	振替休日	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ハッシュドビーフ マカロニサラダ ネーブル 	 お弁当の日	 お弁当の日	 お弁当の日	<ul style="list-style-type: none"> カレーうどん ネーブル
おやつ		豆乳パンケーキ 牛乳	ビスケット 他 牛乳	クラッカー 他 牛乳	おせんべい 他 牛乳	ビスケット 他 牛乳
	19	20	21	22	23	24
おひる	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豆腐のすまし汁 さばの梅干し煮 糸瓜の酢の物 スイカ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん なめこの味噌汁 鶏肉のつくね煮 もやしのナムル ネーブル 	<ul style="list-style-type: none"> コーンごはん 冬瓜汁 冷やししゃぶしゃぶ じゃが芋のおかか煮 パイナップル 	<ul style="list-style-type: none"> 発芽玄米ごはん 夏野菜カレー フレンチサラダ バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん なすの味噌汁 まぐろの野菜揚げ ゴーヤチャンプルー グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> 焼きそば バナナ
おやつ	枝豆クッキー 牛乳	青菜おむすび お茶	レーズン蒸しパン 牛乳	人参ゼリー 牛乳	じゃこマヨ トースト 牛乳	おからぼうろ 牛乳
	26	27	28	29	30	31
おひる	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 春雨の中華スープ 麻婆なす ツルムラサキの中華和え ネーブル 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん もやしのすまし汁 大豆の五目煮 胡瓜の胡麻和え バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん しめじの味噌汁 あじの南蛮漬 冬瓜の煮物 	<ul style="list-style-type: none"> 麦ごはん もずくスープ 鶏肉のマーマレード煮 キャベツとコーンのサラダ ネーブル 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豆腐のすまし汁 さけの西京焼き ひじきの炒め煮 グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> 五目ラーメン ネーブル
おやつ	黒糖蒸しパン 牛乳	さけおむすび お茶	スイカ 牛乳	はったい粉 牛乳	きな粉ラスク 牛乳	胡麻クッキー 牛乳

★汁物(味噌汁・スープ)に、玉ねぎ・人参は必ず入っています。
 ★発芽玄米・麦ごはんの日は、ひよこ・ペンギん・いるか・ぼんだ・きりん組は白ごはんです。
 ★嗜むことを大切にするために、おやつ献立によって「昆布・煮干し」などをつけ合わせています。