



船堀中央保育園 平成28年度8月(葉月)献立表

目標：しっかり食べよう

※乳児には午前中、牛乳等がでます。
※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。

曜日	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	
予定	身体測定3,4,5歳	身体測定0,1,2歳	野菜の日・避難訓練	0歳児健康診断	造形		
昼食	<ul style="list-style-type: none"> 夏野菜のナポリタン 胡瓜と人参のマリネ風 ペイザンヌスープ オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> 焼き豚チャーハン 豆腐入り海藻サラダ 椎茸ともやしのスープ グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 高野豆腐の味噌カツ 干切り野菜 ～オニオンドレッシング～ しめじとオクラのすまし汁 ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> 冷やし中華 焼売 桜えびと若布のスープ バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 いわしの大葉揚げ 豆苗とささみのボン酢和え 茄子とみょうがの味噌汁 メロン 	<ul style="list-style-type: none"> そぼろ丼 胡瓜と若布の酢の物 きのこの味噌汁 バナナ 	
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> 枝豆と桜えびのごはん 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> オクラチースト 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 焼きとうもろこし せんべい 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> しらすの一口おにぎり スティック胡瓜 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> クリームパン 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> おかき ビスケット 牛乳 	
日 8	9	10	11	12	13		
予定		誕生会	山の日				
昼食	<ul style="list-style-type: none"> バターロール かじきのピカタ みかん入りマセドアンサラダ ベーコン入りオニオンスープ オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> きじ焼き丼 隠元と油揚げの胡麻酢和え 冬瓜と玉ねぎの味噌汁 パイナップル 	<ul style="list-style-type: none"> 海のおもだちシーフードカレー カリカリクルトンシーザーサラダ ひまわりコーン ジュリエンスープ ブルーハワイゼリー 		<ul style="list-style-type: none"> 冷しゃぶうどん 南瓜の甘煮 キャベツと大葉の浅漬け ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ポークカレー 胡瓜とトマトのサラダ キャベツとじゃが芋のスープ バナナ 	
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> 梅茶漬け 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ジャーマンポテト 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> バナナパフェ レモンティー 		<ul style="list-style-type: none"> あんぱん 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> バームクーヘン 牛乳 	
日 15	16	17	18	19	20		
予定	0歳児健康診断		野菜の日				
昼食	<ul style="list-style-type: none"> 夏野菜のナポリタン 胡瓜と人参のマリネ風 ペイザンヌスープ オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ツナチャーハン 豆腐入り海藻サラダ 椎茸ともやしのスープ グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> 豆腐のベジタコライス 切り干し大根のハリハリサラダ ポパイスープ ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> 冷やし中華 焼売 桜えびと若布のスープ バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 いわしの大葉揚げ 豆苗とささみのボン酢和え 茄子とみょうがの味噌汁 メロン 	<ul style="list-style-type: none"> そぼろ丼 胡瓜と若布の酢の物 きのこの味噌汁 バナナ 	
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> 枝豆と桜えびのごはん 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> せんべい バームクーヘン 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> マカロニきなこ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> しらすの一口おにぎり スティック胡瓜 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> クリームパン 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> おかき ビスケット 牛乳 	
日 22	23	24	25	26	27		
予定		野菜の日・カウンセリング	体育指導				
昼食	<ul style="list-style-type: none"> バターロール かじきのピカタ みかん入りマセドアンサラダ ベーコン入りオニオンスープ オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> きじ焼き丼 隠元と油揚げの胡麻酢和え 冬瓜と玉ねぎの味噌汁 パイナップル 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 高野豆腐の味噌カツ 干切り野菜 ～オニオンドレッシング～ しめじとオクラのすまし汁 ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> 新しょうがご飯 肉じゃが ほうれん草のお浸し えのきと南瓜の味噌汁 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 油淋鶏 胡瓜たっぷり春雨サラダ コーンのかき卵スープ ぶどう 	<ul style="list-style-type: none"> ポークカレー 胡瓜とトマトのサラダ 玉ねぎとじゃが芋のスープ バナナ 	
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> 梅茶漬け 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ジャーマンポテト 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> 焼きとうもろこし せんべい 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> 豆乳冷麦 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> あんぱん 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> バームクーヘン 牛乳 	
日 29	30	31	野菜の日				
予定							
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鮭の塩焼き ほうれん草の納豆和え・金平牛蒡 じゃが芋となめこの味噌汁 オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> 冷しゃぶうどん 南瓜の甘煮 キャベツと大葉の浅漬け ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> 豆腐のベジタコライス 切り干し大根のハリハリサラダ ポパイスープ すいか 	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>今月のテーマ野菜～胡瓜～ 胡瓜は冬瓜などと同じく95%が水分で世界一栄養のない野菜と栄養的に評価されてしまうこともあります。水分補給やカリウムの利尿作用によるむくみ解消にもってこいの食材です。夏バテの身体のたるさ解消にぴったりの食材です。</p> </div>		<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>夏野菜がたくさん収穫出来ました！ 園の畑で栽培している夏野菜の中でもよく収穫出来ているのが胡瓜です。収穫した夏野菜は素材の味を生かした調理法でいただいています。子ども達は、自分たちで収穫した野菜なのでより一層美味しく、モリモリ食べる姿が見られています。夏野菜リレーでも現在胡瓜が1位です！8月の夏野菜の収穫も楽しみです。</p> </div>	
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> サーターアンドギー 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ベーコンチャーハン 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> マカロニきなこ 牛乳 				