



30年8月ランチメニュー



今月の栄養量
 エネルギー：631Kcal
 たんぱく質：22.2g
 脂質：19.3g
 塩分：2.0g

- 旬の食材
- ・枝豆
 - ・ゴーヤ
 - ・胡瓜
 - ・なす
 - ・ピーマン
 - ・すいか
 - ・スッキーニ
 - ・南瓜



～五感を知ろう～
 五感を使って味わう
 献立にはマークが
 ついています。
 今月は
 『味わう・舌で感じよう』
 他にもあるかな？

新田保育園

8日の食体験、31日の食育は5歳児さんが対象です。

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		アマランサスごはん 鶏じゃが いんげんのおかか和え 厚揚げともやしの味噌汁 フルーツポンチ 牛乳	ごはん あじの唐揚げ マカロニサラダ 玉葱とほうれん草の味噌汁 黒糖トースト 牛乳	貝だくさん冷やしうどん 竹輪のマヨ醤油炒め チーズ かやくおにぎりと食べる煮干し お茶	スパゲティナポリタン 貝だくさんスープ オレンジ おいもちゃん 牛乳
6	7	8	9	10	11
		☆食体験：ところてんつき☆ ごはん 麻婆豆腐 もやし中華和え 春雨スープ ところてんとせんべい 牛乳	ごはん ししゃものムニエル 切干大根サラダ キャベツとコーンのスープ 麩のラスクとすいか 牛乳	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ほうれん草のお浸し じゃが芋とわかめの味噌汁 おむかえだんご お茶	☆山の日☆
13	14	15	16	17	18
お休み	お休み	お休み	ハヤシライス ブロッコリーサラダ 黄桃缶 きな粉マカロニ 牛乳	麦ごはん 鮭の野菜あんかけ 高野豆腐の卵とし 南瓜と青菜の味噌汁 じゃこマヨトースト 牛乳	かやくうどん 南瓜煮 ゼリー レモンフラワー 牛乳
20	21	22	23★お誕生日会	24	25
ごはん 鶏肉の照り焼き ゴーヤの味噌炒め かき玉汁 水信玄餅風 牛乳	ごはん 白身魚のポテマヨ焼き 白菜のゆかり和え うすあげと小松菜の味噌汁 トマトジャムサンド 牛乳	ごはん 柳川風煮 大学かぼちゃ ほうれん草と豆腐の味噌汁 コーンフレーク 牛乳	カラフルピラフ 鶏肉の唐揚げ スパゲティサラダ ブロッコリーとプチトマト コンソメスープ お祝いケーキ アップルジュース	ごはん チーズミートなす 野菜サラダ 玉葱とえのきのスープ プリンとオレンジ 牛乳	焼きそば 貝だくさん味噌汁 チーズ キャラメルリング 牛乳
27	28	29	30	31★食育：枝豆★	
	☆お米丸と日本めぐり☆ ごはん 大海 なすの油炒め おぼろ汁 ポップ焼き 牛乳	冷麺 ひじきサラダ チーズ クラッカーサンド 牛乳	ごはん 豚肉と厚揚げのしぐれ煮 もやしの甘酢和え 青菜とじゃが芋の味噌汁 りんごゼリーとバナナ 牛乳	☆野菜の日☆ ミネラルロール 白身魚のフライ ラタトゥイユ 豆腐と人参のスープ おにぎりと枝豆 お茶	