社会福祉法人　つちざわこども園　栄養士　菊池悦子

2021年(

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
未満児	2 麦入りごはん	3 麦入りごはん	4 雑穀入りごはん	5 麦入りごはん	6 麦入りごはん	7
昼食	スクランブルエッグ、根菜とひじきのコロコロお煮つけ、納豆（小葱）みそ汁（キャベツ）、オレンジ	ピーマンの肉詰め焼き、じゃが芋と高野豆腐の煮物、みそ汁（小松菜）、スイカ	豆腐ステーキ、スパゲティサラダ、ごぼうの甘辛スティック、ふわふわ卵スープ（ほうれん草）、オレンジ	夏野菜カレー、ウインナー、ばんさんすう、豆腐みそ汁（かぶ）、バナナ	アジの南蛮漬け、さつま芋と油揚げの煮物、みそ汁（大根）、オレンジ	豚丼、<
午後	牛乳、苺ジャムサンド	フルーツヨーグルト、ウエハース	ヤクルト おにぎり（かつお節、しらす）	牛乳、おせんべい	スキムミルク、とうもろこし	牛乳、ヒ
未満児	9	10 麦入りごはん	11 **おたんじょう会**	12 麦入りごはん	13	14
昼食	**振替休日**	カラフル麻婆豆腐、きゅうりともやしの梅肉和え、野菜スープ、バナナ	とうもろこしご飯、メンチカツ・タルタルソース、ブロッコリーのおかか和え、豆腐みそ汁（ワカメ）、りんごゼリー	鮭の塩麹焼き、夕顔と豚肉の中華煮、みそ汁（大根）、スイカ	※8/13（金）～8/16（月）は、**昼食(茶入りの水筒)**をご持参下さい。午後で用意いたします。	
午後		スキムミルク、 ブルーベリージャムのスコーン	ジョア、おせんべい	牛乳、みたらし芋もち		
未満児	16	17 麦入りごはん	18 雑穀入りごはん	19 麦入りごはん	20 麦入りごはん	21
昼食		エビフライ、根菜の鶏そぼろ煮、塩ゆでブロッコリー、豆腐みそ汁（ワカメ）、ヨーグルト	厚揚げ豆腐と野菜の甘酢あん、キャベツとワカメの酢の物、みそ汁（じゃが芋）、バナナ	プルコギ、オクラと竹輪の海苔和え、みそ汁（大根）、オレンジ	サバの竜田揚げ、すき昆布と野菜のお煮つけ、みそ汁（キャベツ）、スイカ	ハヤシ
午後		スキムミルク、バナナケーキ	ジョア、小魚せんべい **職員会議**	牛乳フルーツ寒天、ビスケット	牛乳、南部せんべい（ごま） **給食検討会議**	牛乳、お
未満児	23 麦入りごはん	24 麦入りごはん	25 雑穀入りごはん	26 麦入りごはん	27 麦入りごはん	28
昼食	炒り卵、新じゃがの肉じゃが、納豆（ひじき）、みそ汁（キャベツ）、オレンジ	サワラの味噌煮、スパゲティと野菜のケチャップ炒め、みそ汁（大根）、オレンジ	高野豆腐のから揚げ・ねぎソース、人参シリシリ、トロトロ卵スープ（オクラ）、ヨーグルト	チーズ入りハンバーグ、粉ふき芋、切り干し大根とあさりのお煮つけ、豆腐みそ汁（ワカメ）、オレンジ	ブリ大根、人参とほうれん草の白和え、みそ汁（玉ねぎ）、バナナ	野菜たっ
午後	スキムミルク、人参ホットケーキ	牛乳 おにぎり（チーズ、ゆかり）	ミロミルク、きな粉トースト **保育士会議**	牛乳、おせんべい	スキムミルク、レモンケーキ	牛乳、ク
未満児	30 麦入りごはん	31 麦入りごはん				
昼食	厚焼き卵（ほうれん草）、キャベツとベーコンのトマト煮、納豆（なめたけ）、みそ汁（大根）、バナナ	サバの野菜あんかけ、かぼちゃのサラダ、豆腐みそ汁（ワカメ）、オレンジ				
午後	牛乳、こんがりスティックパン	スキムミルク、クリームチーズのクラッカーサンド				

◇８月の目標　　「食材の色・形・香りなどに興味を持ちましょう」

料理に入っている食材に注目したり、収穫した野菜に触れるなど食にまつわる五感を意識しながら、心をもって食事を楽しみましょう。体に入る食べ物を確認することは健康に関わる意識作りの基礎にな様々な形や、鮮やかな色の野菜や果物が豊富なこの時期は、名前や味に興味を持ちやすいです。