

8月給食献立表

ちどり第2保育所
令和4年7月29日発行

月	火	水	木	金	土
1日 冷やしうどん オクラのごま和え かぼちゃの含め煮 果物	2日 マーボー丼 きゅうりの酢の物 冬瓜の中華スープ	3日 麦ごはん 牛肉の七味焼き ブロッコリーの ごま和え ナスの味噌汁 果物	4日 食パン 鮭の香草焼き ポテトサラダ オニオンスープ 果物	5日 ごはん きゅうりと豚肉の 生姜炒め 春雨の酢の物 キャベツのすまし汁 果物	6日 エビピラフ 野菜スープ 
○菜飯おにぎり	○ミックスジュース 菓子	ヨーグルト とろペー	○簡単ピザ 牛乳	○野菜チップス 牛乳	パン 牛乳
8日 ラーメン ◇焼きししゃも キャベツの梅和え 果物	9日 ごはん 厚揚げの チャンプルー風 きゅうりの福神和え かぼちゃの味噌汁 果物 	10日 納豆ごはん ピーマンの細切り炒め ◇梅サラダ 麩のすまし汁 果物	11日 	12日 炊き込みごはん 魚の塩焼き しめじの味噌汁 果物 	13日 鶏そぼろ丼 わかめのすまし汁 
○鮭チーズおにぎり	○牛乳パックで アイスクリーム	○さつま芋シェイク		菓子 牛乳	パン 牛乳
15日  	16日 	17日 ナスミートスパゲティー ◇コロコロサラダ コンソメスープ 果物 	18日 ごはん 魚の南蛮漬け ひじきのごま和え なめこの味噌汁 果物	19日 麦ごはん ナスの味噌炒め 華風きゅうり もやしのすまし汁 果物	20日 焼肉丼 たまねぎの味噌汁 
		○わかめおにぎり	○フルーチェ	○チヂミ 牛乳	パン 牛乳
22日 冷麺 オクラの海苔和え ◇揚げごぼう 果物 	23日 食パン 鶏肉のトマト煮 かぼちゃサラダ コンソメスープ 果物	24日 ごはん 豆腐ハンバーグ そうめん瓜の酢の物 えのきの味噌汁 果物	25日 麦ごはん 冷やし豚 ブロッコリーの おかか和え たまねぎのすまし汁 果物	26日 誕生会 赤飯 魚のフライ トマトの梅ドレサラダ オクラの味噌汁 果物 	27日 中華丼 ワンタンスープ
○枝豆おにぎり	○お麩ラスク 牛乳	シリアルヨーグルト	菓子 いりこ 牛乳	○アイスパフェ	パン 牛乳
29日 海鮮藻塩焼きそば もやしのナムル オクラスープ 果物 	30日 ごはん 豆腐の中華煮 いんげんのごま和え ◇切干大根の味噌汁 果物	31日 夏野菜カレー 焼きそば 果物 	野菜や果物で水分補給 夏はこまめな水分補給が必要ですが、飲み物だけでなく、野菜や果物からも水分を摂ることが出来ます。夏が旬の食材には水分が多く、特にきゅうり・ナス・すいかには約90%もの水分が含まれおり、野菜や果物からは汗で失われたミネラルも補えるので、食べ過ぎには注意しながら積極的に摂るようにしましょう。 		
○梅おにぎり	菓子 牛乳	○フルーツゼリー			

未満児は午前中のおやつ（牛乳）があります。
○手作りおやつ ◇かみかみメニュー ★新メニュー

行事や材料の都合で献立を変更することがあります。

8月給食献立表

ちどり第2保育所
令和4年7月29日発行

未満児は午前中のおやつ（牛乳）があります。
○手作りおやつ ◇かみかみメニュー ★新メニュー

行事や材料の都合で献立を変更することがあります。