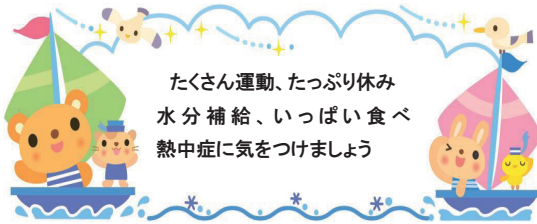


8がつこんだて



平成 26 年 8 月 1 日 山田町第一保育所

なんでもたべよう



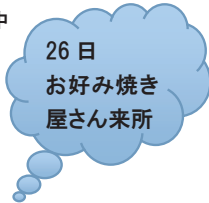
たくさん運動、たっぷり休み
水分補給、いっぱい食べ
熱中症に気をつけましょう

朝ごはんを食べて夏バテを吹き飛ばそう

- 早寝・早起きで、毎日の生活リズムをつくりましょう。
- 朝ご飯を食べましょう。
- 夏バテを防ぐためには
- ジュースや炭酸飲料より、お茶をたくさん飲みましょう。

今月の予定

- 5日 セントヨゼフ女子学園来所
- 6日 中高生ふれあい体験 リズム集会
- 7日 中高生ふれあい体験
- 8日 言語検査 年長・年中
- 11日 三陸海の盆「虎舞」
- 14日 お盆
- 15日 お盆
- 16日 お盆
- 20日 リズム集会
- 21日 誕生会
- 28日 避難訓練



- *ドライカレー *鶏肉の甘辛煮
- *焼きそば *マセドアンサラダ
- *スープ *フルーツ *ゼリー

誕生会メニュー
21日(木)



日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食		全園児午後のおやつ	栄養価	
			全 園 児			未満児	以上児
1	金	牛乳・ブリッツ	八宝菜・涼伴三条・さつま芋の天ぷら・味噌汁・果物		牛乳・とんがりコーン	533	408
2	土	牛乳・クッキー	スパゲッティーナポリタン・乳酸飲料・果物		お菓子		
3	日						
4	月	牛乳・せんべい	たこ天・和風ひじきサラダ・トマト・味噌汁・果物		牛乳・茹とうもろこし	468	387
5	火	100%ジュース・えびせん	えび入り卵焼き・春雨ソテー・きゅうりの中華和え・味噌汁・果物		牛乳・クッキー	414	364
6	水	ヨーグルト	ローストチキン・もやし炒め・ポテトサラダ・味噌汁・果物		牛乳・ブリッツ	473	368
7	木	牛乳・ジャムパン	鮭のマヨネーズ焼き・野菜の卵とじ・サワー漬け・味噌汁・果物		牛乳・フレークファッチ	674	374
8	金	牛乳・バナナ	鶏肉のごま味噌焼き・ごぼうサラダ・枝豆・味噌汁・果物		ヨーグルト	481	324
9	土	牛乳・せんべい	チキンライス・スープ・果物		お菓子		
10	日						
11	月	牛乳・とんがりコーン	鮭のレモン焼き・せん切り野菜の炒め煮・かぼちゃの煮物・味噌汁・果物		ヨーグルト	438	348
12	火	牛乳・ウエハース	夏野菜カレー・ポイルウインナー・和風サラダ・スープ・果物		牛乳・おにぎり	644	527
13	水	牛乳・クッキー	チキンカツ・スパゲッティ・線タタス・味噌汁・果物		牛乳・クッキー	672	507
14	木	100%ジュース・お菓子	カレーライス・飲み物・果物		お盆		
15	金	牛乳・お菓子	親子丼・飲み物・果物		お盆		
16	土	100%ジュース・お菓子	そうめん・飲み物・果物		お盆		
17	日						
18	月	牛乳・メロン	タラのカレー天ぷら・大豆サラダ・野菜のゆかり和え・味噌汁・果物		牛乳・チーズ蒸しパン	563	448
19	火	牛乳・えびせん	和風ハンバーグ・マカロニサラダ・トマト・スープ・果物		牛乳・ミニパン	508	364
20	水	豆乳・クッキー	麻婆豆腐・中華サラダ・ちくわの磯辺揚げ・味噌汁・果物		アイスクリーム	602	470
21	木	牛乳・せんべい	誕 生 会		牛乳・バームクーヘン	788	855
22	金	牛乳・ミニパン	エビグラタン・スパゲッティサラダ・ブロッコリーソテー・味噌汁・果物		牛乳・クラッカー	526	368
23	土	牛乳・ビスケット	サラダうどん・牛乳・果物				
24	日						
25	月	牛乳・タマゴボーロ	ミートボール・シルバーサラダ・ジャガイモソテー・味噌汁・果物		牛乳・かりんとう	573	448
26	火	牛乳・ミニパン	擬製豆腐・スイートポテトサラダ・ごま和え・味噌汁・果物		お好み焼き	510	347
27	水	牛乳・クッキー	大豆とウインナーのトマト煮・ナスフライ・ブロッコリー添え・味噌汁・果物		牛乳・山田せんべい	576	387
28	木	フルーツゼリー	煮魚・筑前煮・グリーンサラダ・味噌汁・果物		牛乳・ウエハース	364	296
29	金	牛乳・ビスケット	鶏肉のから揚げ・ピーマンカレー炒め・青菜ともやしのナムル・味噌汁・果物		乳酸飲料・ビスケット	504	337
30	土	牛乳・せんべい	スパゲッティミートソース・スープ・果物		お菓子		
31	日						