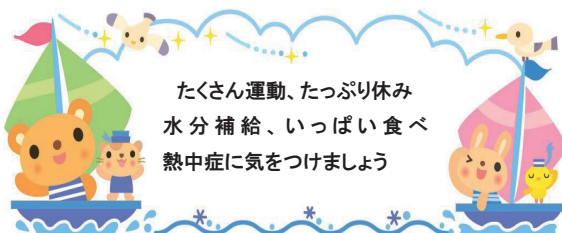


8がつこんだて

平成 27 年 8 月 1 日 山田町第一保育所

よくかんでたべよう



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

3日(月) セントヨゼフ女子学園
高等学校中学校山田町
訪問交流第一保育所来所

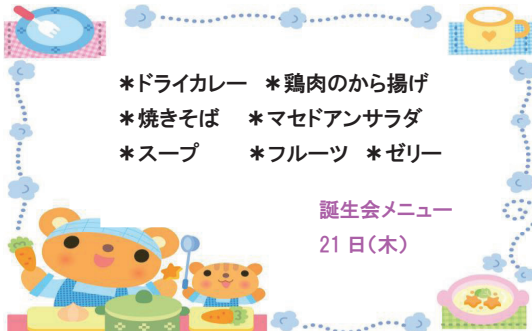
5日(水) 地域連携避難訓練

21日(金) 誕生会

かみかみメニュー

・レンコンサラダ ・十二穀おにぎり ・かみかみ小魚

よくかんで、心、脳をリラックスさせましょう。



*ドライカレー *鶏肉のから揚げ
*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)

- ★ お箸セット、おしぼりはきれいにしてお持ち帰り下さい。
- ★ 食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

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	土	牛乳・プリッツ	スパゲッティ・ナポリタン・乳酸飲料・グレープフルーツ		お菓子		
2	日						
3	月	牛乳・ビスケット	八宝菜・涼伴三糸・枝豆・わかめの味噌汁・バナナ		牛乳★茹とうもろこし	533	408
4	火	牛乳・せんべい	たこ天・和風ひじきサラダ・トマト・にら卵汁・オレンジ		牛乳・クッキー・小魚	468	387
5	水	100%ジュース・ビスコ	えび入り卵焼き・春雨ソテー・きゅうりの中華和え・大根の味噌汁・ぶどう		牛乳・ビスケット	414	364
6	木	牛乳・たべっこ動物	ローストチキン・もやし炒め・トマト・玉ねぎの味噌汁・バナナ		牛乳・プリッツ	473	368
7	金	フルーツヨーグルト	鮭のマヨネーズ焼き・野菜の卵とじ・サワー漬け・じゃが芋の味噌汁・グレープフルーツ		牛乳★フレークファッチ	574	374
8	土	牛乳・せんべい	冷やしきつねうどん・バナナ・乳酸飲料		お菓子		
9	日						
10	月	牛乳・プリッツ	鮭のレモン焼き・えびとひじきのから揚げ・トマト・キャベツの味噌汁・スイカ		牛乳・かりんとう	400	310
11	火	牛乳・バナナ	マカロニグラタン・スパゲッティ・ソテー・茹でブロッコリー・コンソメスープ・オレンジ		牛乳・クッキー	544	427
12	水	牛乳・ステックパン	鮭の西京焼き・せん切り野菜の炒め煮・レンコンサラダ・すまし汁・グレープフルーツ		★アイスクリーム	401	300
13	木	牛乳・たまごポロー	ひじき入り厚焼き卵・マカロニサラダ・枝豆・豆腐の味噌汁・バナナ		牛乳・パイ菓子	414	354
14	金	お菓子	カレーライス	飲み物・果物	お盆		
15	土	お菓子	そうめん	飲み物・果物	お盆		
16	日						
17	月	牛乳・ウエハース	麻婆豆腐・中華サラダ・ちくわの磯辺揚げ・ほうれん草の味噌汁・バナナ		牛乳★チーズケーキ	510	347
18	火	牛乳・ミニパン	タラのカレー天ぷら・大豆サラダ・野菜のゆかり和え・若布の味噌汁・ぶどう		牛乳・えびせん	563	469
19	水	ヨーグルト	ホワイトソースのハンバーグ・フレンチハムサラダ・トマト・卵スープ・キウイ		牛乳・バームクーヘン	480	308
20	木	牛乳・オレンジ	サバの味噌煮・大根サラダ・かぼちゃ煮・なめこの味噌汁・オレンジ		牛乳★サーターアランダギ	470	400
21	金	牛乳・たべっこ動物	誕 生 会		ヨーグルト	788	801
22	土	牛乳・サラダせんべい	冷やし中華・ミニゼリー・100%給食用オレンジジュース		お菓子		
23	日						
24	月	牛乳・とんがりコーン	ミートボールケチャップ・シルバーサラダ・トマト・豆腐の味噌汁・オレンジ		牛乳・いかせんべい・小魚	573	448
25	火	牛乳・ビスコ	夏野菜カレー・ポイルウインナー・和風サラダ・野菜スープ・なし		牛乳・スティックパン	644	527
26	水	牛乳・ミニぱん	鮭の塩焼き・筑前煮・ちくわのカレー揚げ・若布の味噌汁・バナナ		★カルピスゼリー	460	300
27	木	フルーツゼリー	大豆とウインナーのトマト煮・ナスフライ・茹でブロッコリー・大根の味噌汁・グレープフルーツ		牛乳・かりんとう・小魚	576	387
28	金	牛乳・パイ菓子	サバの黄金焼き・大学芋・もやしの中華和え・にら卵汁・ぶどう		牛乳★十二穀おにぎり	410	350
29	土	牛乳・せんべい	チキンライス・グレープフルーツ・100%ジュース		お菓子		
30	日						
31	月	牛乳・たべっこ動物	擬製豆腐・スイートポテト・ごま和え・キャベツの味噌汁・メロン		牛乳・えびせん	510	347