

8月台所だよ

おおむたこども園
栄養士 肥田木直美

曜日	月	火	水	木	金	土
日	25	12・26	27	28	1・29	2・16・30
午前食(昼食)	鶏のから揚げ じゃが芋の土佐煮 オクラごま和え 豆腐のみそ汁	かぼちゃのがね 高野豆腐の煮物 きゅうりの酢の物 玉ねぎのみそ汁	魚のみりん焼き かぼちゃの甘煮 もやしの酢の物 なすのみそ汁	ゆで豚のみそかけ さつま芋の天ぷら 野菜のサラダ 青さのすまし汁	魚の竜田揚げ ひじきの煮物 切干大根サラダ なめこのみそ汁	栄養満点丼 油揚げ味噌汁
午後食(おやつ)	ヨーグルト和え	おこわおにぎり	人参ゼリー	果物盛り合わせ チーズ	牛乳 ココア蒸しパン	塩おにぎり
日	4・18	5・19	6・20	7・21	8・22	9・23
午前食(昼食)	肉じゃが 卵焼き しらすの佃煮 もやしのみそ汁	魚の塩焼き なすの肉みそかけ 春雨サラダ 里芋のみそ汁	鶏の照り焼き 金平ごぼう※ 胡瓜の香り漬け わかめのみそ汁	揚げおかべ いもんぬた ひじきのマリネ もずくのみそ汁	魚のごま味噌焼 小松菜のサラダ風 ピーマン炒め煮 えのきのすまし汁	五目混ぜご飯 椎茸のみそ汁
午後食(おやつ)	ヨーグルトゼリー	冷やしぜんざい	牛乳 大学かぼちゃ	果物盛り合わせ チーズ	牛乳 豆腐ドーナツ	果物 チーズ

- ・献立は変更する場合があります。 ・ごはん、納豆（土曜日以外）、りんご、お茶は毎食つきます。 ・15日（金）は弁当の日。
- ・13日、14日は丼のメニューになります。・※6日、20日の金平ごぼう、未満児はさつま芋の金平です。
- ・ハムやソーセージなどの加工品やちくわなどの練り製品は、添加物が混入されているため使用していません。
- ・午後食（おやつ）は、手作り菓子やおにぎり、芋類、果物を提供します。手作り菓子や揚げ物の衣は米粉を使用しています。
- ・食物アレルギーがある子どもさんには対応しています。（完全除去）
- ・離乳食中期、後期、完了期や個人差に応じて提供していきます。

保育参観・ぽかぽかひなた

「保育参観」に来てくださった保護者の方に、園の食事を試食してもらっています。和食の良さ、ダシをたっぷり使っている汁物や野菜をたくさん食べれるように副菜を2つにしていること、毎日のメニューにある納豆の栄養、りんごはなぜ最後に食べるのかなどのお話をしています。7月15日に、祝吉地区公民館での「祝吉子育てサロン」で、離乳食のお話をしました。参加されていた方が、和食中心のメニューや園で使用しているお皿・スプーン、おもちゃなどに興味を持たれて、早速『ぽかぽかひなた』に参加してくださいました。園の離乳食、給食も味わってもらい、とても喜んでいました。来月も参加予定です。



ごはん
松風焼き
人参のマリネ
甘辛じゃがいも
大根のすまし汁



おかゆ
鶏団子
かぼちゃの煮物
じゃが芋と野菜煮
野菜スープ

