

8がっ こんだてよていひょう

令和元年7月31日 社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園

8日(木)は、完全給食の日。
 (3~5歳児さんは、ご飯がいりません。)
 *みんなのおやつには、毎日牛乳がつきます。

日	曜日	めにゆー			きゅうしょくのざいりょう			おうちでとりたい たべもの
		0~2歳児 朝のおやつ	お昼の給食	みんなの おやつ	強いちからが出るたべもの (きいろ)	丈夫な体を作るたべもの (あかいろ)	びょうきからまもってくれるたべもの (みどりいろ)	
1	木	ばなな・ぶどう	こーんとうやのかきあげ あさづけ もろへいやのおひたし おれんじ	さわやか れもんらすく	こむぎこ かたくりこ あぶら さとう	こうやどうふ はむ しらすぼし かつおぶし	こーん にんじん たまねぎ もろへいや もやし えのきたけ きゅうり おれんじ	海藻類・いも類
2	金	すなっくばん のむよーぐると	なまあげときゃべつのごまみそいため ながいものますたーどサラダ ばいん	2しょくの ぶどうゼリー	油 砂糖 白ねりごま 長芋 かたくりこ まよねーず	なまあげ ぶたにく つな あかみそ すきむみるく	きゃべつ びーまん 赤びーまん ましたけ ねぎ にんにく きゅうり ばいながぶる	たまご・葉もの
3	土	ぎゅうにゆう	おくらのわふうばすた どれっしんぐサラダ ごーるどきうい	おかし	すばげってい ばたー あぶら さとう	つな べーこん かまぼこ	たまねぎ おくら えのきたけ きゅうり きゃべつ もやし にんじん ごーるどきうい	乳製品・いも類
5	月	2色くらっかー みるくここあ	えだまめはんばーぐ もずくサラダ じゅりあんすーぶ おれんじ	かるびすよーぐると	こめこ すりごま さとう はるさめ ごま油 白ごま	牛・豚ミンチ 木綿豆腐 卵 みそ もずく べーこん	えだまめ きゅうり とまと きゃべつ たまねぎ にんじん せろりー ばせり おれんじ	魚介類・淡色やさい
6	火	みるきーとーすと ぶどうじゅーす	じんじゃーぼーく ゆできゃべつ からふるサラダ すいか	ごろごろ ふるーつぜりー	さとう あぶら まよねーず	ぶたにく はむ	たまねぎ しょうが れもん とまとじゅーす きゃべつ にんじん こーん きゅうり すいか	海藻類・ごま・ナッツ
7	水	ほいるういんなー	あじのこうみあげ ゆかりあえ きりぼしのごまいため すーぶ ぶどう	やきとうもろこし	こむぎこ あぶら さとう ごまあぶら さとう 白ごま	あじ きゅうにく	こねぎ しょうが きりぼしだいこん にんじん にら なす きゅうり ゆかり おくら ぶどう	大豆製品・かんきつ類
8	木	おかし ばななじゅーす	さらだうどん とうがんのそぼろあん おれんじ	ふらいどぼてと	うどん さとう 片栗粉	とりささみ わかめ とりミンチ	きゅうり もやし とまと とうがん にんじん おれんじ	乳製品・やさい
9	金	おれんじ・ばなな	なつやさいのきっしゅ ゆでえだまめ かりかりじゃこのサラダ すいか	あんぱん	ばたー ごまあぶら さとう	ういんなー きゅうにゆう 卵 こなちーず しらすぼし	ずっきーに かぼちゃ 赤・黄びーまん たまねぎ なす きゃべつ 人参 胡瓜 水菜 枝豆 すいか	海藻類・いも類
10	土	ぎゅうにゆう	ぎょうざどん あーもんどあえ ぶどう	おかし	ごまあぶら 片栗粉 さとう あぶら あーもんどぶーどる	ぶたミンチ たまご	きゃべつ にら えのきたけ しょうが にんにく きゅうり もやし ぶどう	魚介類・葉もの
13~ 15		お盆特別保育 ♪給食は、お休みです。登園するお友達は、おかず入りのお弁当を持ってきましょう♪						
16	金	おかし かるびすみるく	じゃがいものそぼろ煮もどき きゅうりのすのもの おれんじ	ゆかりえだまめむすび	じゃがいも あぶら さとう いとこんにやく	こうやどうふ わかめ	にんじん たまねぎ ぐりんぴーす きゅうり おれんじ	肉類・やさい
17	土	ぎゅうにゆう	ちゅうかやきそば つなサラダ ばなな	おかし	やきそばめん ごまあぶら まよねーず	ぶたにく つな	にんじん ちんげんさい もやし にら にんにく きゃべつ ばなな	大豆製品・いも類
19	月	うえはーす おれんじ	なつやさいかれー ぶどう べーこんときゃべつのみもぎサラダ	ふるーつのぜりーがけ	あぶら おりーぶおいる びーなっつ	とりにく べーこん だいち なまくりーむ たまご	かぼちゃ たまねぎ にんじん なす にんにく ほーるとまと きゃべつ きゅうり ぶどう	魚介類・淡色やさい
20	火	ぷりん	とうふのしおあんかけ ねばねばなつやさいあえ おれんじ	おこのみとーすと	ごまあぶら かたくりこ ながいも さとう	ぶたにく もめんどうふ	たまねぎ にんじん びーまん しめじ おくら もろへいや しそ おれんじ	たまご・ごま・ナッツ
21	水	おたのしみランチ ♪お誕生日会の日の☆ちよっとかわいい☆ランチです。3~5歳児さんは、ご飯がいります♪						
22	木	ばうむくーへん ぶどう	さけのれもんそーす じゃがいも煮 とまと とうがんすーぶ ばいん	おふのここあらすく おれんじ	こむぎこ あぶら さとう じゃがいも おりーぶおいる ごま油 はるさめ 白ごま	さけ さつまあげ さくらえび	生姜 にんにく 玉ねぎ ばせり れもん とまと ま-まれ-ど にんじん とうがん ほししいたけ ばいながぶる	大豆製品・かんきつ類
23	金	おかし・やくると	なすのとまとそーすにこみ おくらとれんこんのつなあえ ぶどう	すいか・ばなな	あぶら じゃがいも まよねーず	ぎゅうミンチ つな かつおぶし	なす たまねぎ にんじん とまと びーまん れんこん おくら ぶどう	海藻類・葉もの
24	土	保護者クリーンデー ♪給食は、お休みです。登園するお友達は、おかず入りのお弁当を持ってきましょう♪						
26	月	なし・ぶちぜりー	なまあげのちーずやき びーまんあえ からふるいため ばなな	がばおふうむすび	さとう あぶら	なまあげ みそ ちーず しおこんぶ	こまつな こねぎ にんじん もやし きゃべつ たけのこ きくらげ びーまん ばなな	魚介類・いも類
27	火	ほいるういんなー	しろみさかなのいそべあげ おれんじ ごもくひじき そうめんじる	ここなっつの とろびかるけーき	小麦粉 片栗粉 砂糖 油 いたこんにやく そうめん	しろみさかな 青のり 大豆 たまご 芽ひじき ちくわ	さやいんげん にんじん おくら ほししいたけ おれんじ	肉類・やさい
28	水	ぶちあんぱん おれんじじゅーす	とりにくとなつやさいのごまだれ たぬきいりぼてさら ごーるどきうい	さくさく あげあつぷるばい	小麦粉 油 砂糖 じゃが芋 白ねり・すりごま 天かす まよねーず	とりにく	しょうが おくら とまと なす たまねぎ しそ きゅうり にんじん ごーるどきうい	海藻類・淡色やさい
29	木	おれんじ・ばなな	たまごとまとのいためもの うめぼんずあえ なし	わふうみるくぷりん	あぶら	ぎゅうにく たまご いか かつおぶし	とまと たまねぎ にんじん もやし こまつな ねりうめ なし	大豆製品・やさい
30	金	おかし・みろ	こうやどうふのおらんだ煮 みそしる おくらのなっとうあえ ぶどう	ちよこちっぶ くりーむぱん	かたくりこ あぶら さとう じゃがいも	こうやどうふ とりにく なっとう 魚そうめん みそ	たまねぎ にんじん びーまん おくら なす えのきたけ こねぎ ぶどう	たまご・ごま・ナッツ
31	土	ぎゅうにゆう	なぼりたんやきうどん ちきんサラダ おれんじ	おかし	ゆでうどん ばたー まよねーず	こなちーず とりささみ	にんじん たまねぎ びーまん こーん にんにく きゃべつ きゅうり おれんじ	魚介類・いも類