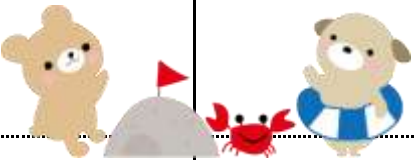
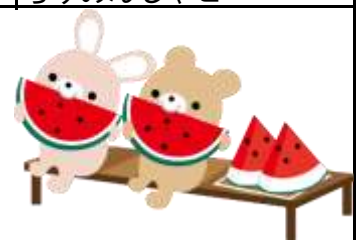


月	火	水	木	金	土
		2024.08.01		2024.08.02	
		2024.08.03		2024.08.04	
			ごはん 味噌汁(さつまいも・厚揚げ・ごま) 鶏肉の梅味噌煮 おくらとトマトの中華サラダ コーン納豆 とうもろこし	ごはん 味噌汁(豆腐・玉ねぎ・あおさ) ゴーヤチャンプル もずくときゅうりの酢の物 しらす 南部せんべい	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
2024.08.05	2024.08.06	2024.08.07	2024.08.08	2024.08.09	2024.08.10
ごはん 味噌汁(わかめ・玉ねぎ・ごま) 鶏肉のおろし煮 人参胡麻サラダ 梅おかか納豆 よもぎ水ようかん ちりめんじゃこ	ツナと塩昆布の炊き込みご飯 そうめん 鶏の塩麹焼き トマトとわかめのサラダ	雑穀ごはん 味噌汁(さつまいも・玉ねぎ・わかめ) 塩麹ニラレバ 大豆のカレー炒め しらす ヨーグルトフルーツ寒天 プルーン	ごはん 味噌汁(あおさ・じゃが芋・ごま) 魚の煮つけ 切り干し大根ツナポンサラダ おくら納豆 みかん寒天 焼塩せんべい	梅おかかごはん 味噌汁(さつまいも・玉ねぎ・ごま) なすズッキーニ味噌炒め 人参しりしり 玄米おかき ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2024.08.12	2024.08.13	2024.08.14	2024.08.15	2024.08.16	2024.08.17
休園日	梅おかかごはん 味噌汁(もずく・えのき・ごま) 魚のしょうが煮 ワカメとツナの炒め物 きな粉ヨーグルト 果物	雑穀ごはん ザワークラウトスープ 魚のカレームニエル 青のり粉ふき芋 トマト 米粉かぼちゃケーキ 牛乳	ごはん 味噌汁(さつまいも・厚揚げ・ごま) 魚の塩麹トマトソース 冷奴 モロヘイヤ納豆 ウインナーとザワークラウト炒め	ツナ大豆ごはん 味噌汁(豆腐・玉ねぎ・あおさ) 魚の塩麹焼き しらすきゅうりポン酢 玄米ゴマせんべい レーズン	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ほん煎餅 ちりめんじゃこ
2024.08.19	2024.08.20	2024.08.21	2024.08.22	2024.08.23	2024.08.24
ごはん 味噌汁(豆腐・ねぎ・わかめ) 魚の照り焼き 切り干し大根の煮物 しらす海苔納豆 サラダチキン きゅうりスティック	ごはん 味噌汁(人参・玉ねぎ・あおさ) 魚のゴマ味噌がけ ニラもやし重ね蒸し 果物 バナナヨーグルト	雑穀ごはん 豆とキャベツのスープ カレー肉豆腐 蒸しカボチャ 果物 かぼちゃパン プルーン	ごはん 味噌汁(わかめ・玉ねぎ・ごま) 豚しゃぶしゃぶ塩麹風味 しらすとよもぎの粉ふき芋 梅おかか納豆 とうもろこし	ごはん 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ・ごま) 魚と野菜塩麹蒸し 冷奴 ミックスジュース 玄米ほん煎餅 ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2024.08.26	2024.08.27	2024.08.28	2024.08.29	2024.08.30	2024.08.31
ごはん 味噌汁(なす・玉ねぎ・ごま) 魚の醤油麹焼き なすと豆腐の味噌炒め トマト納豆 お誕生日ケーキ	梅おかかごはん 味噌汁(あおさ・じゃが芋・ごま) ピーマンと鶏肉の甘酢炒め トマトとわかめのサラダ みかんヨーグルト レーズン	雑穀ごはん 味噌汁(もずく・えのき・ごま) 魚のハーブムニエル かぼちゃのマリネ 金時豆 豆乳寒天 焼塩せんべい	ごはん 味噌汁(豆腐・ねぎ・わかめ) 魚の塩麹トマトソース 蒸しカボチャ コーン納豆 米粉の和風ケーキ 牛乳	*夏野菜カレー 野菜スープ おくら梅かつお節和え 果物 玄米おかき レーズン	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ゴマせんべい ちりめんじゃこ
<p><今月の予定></p> <p>8月2日(金) 食育「ゴーヤ」…みんなで育てているゴーヤの栄養についてお話します。夏を乗り切る栄養がいっぱいです!</p> <p>8月30日(金) お料理「夏野菜カレー」…夏野菜たっぷりのカレーをつくります。</p> <p>8月23日(金) 夏祭りごっこ…午前中のイベントで「ミックスジュース」をいただきます。</p>					



*献立内容が変更になる場合がございます。ご了承ください。