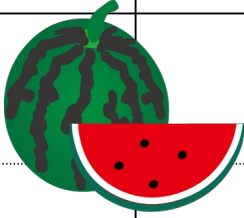
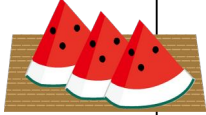
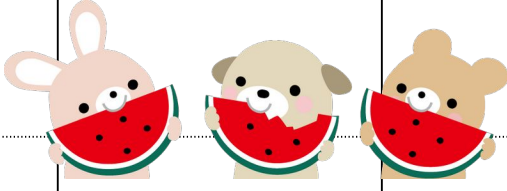


給食メニュー 2026年8月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
					2026.08.01
					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
2026.08.03	2026.08.04	2026.08.05	2026.08.06	2026.08.07	2026.08.08
ごはん 味噌汁（豆腐・玉ねぎ・あおさ） 魚の竜田揚げ 人参しりしり 梅のり納豆 サラダチキン きゅうりスティック	ぶっかけそうめん なすズッキーニ味噌炒め もずくときゅうりの酢の物 果物 フルーツヨーグルト レーズン	雑穀ごはん 味噌汁（さつま芋・玉ねぎ・ごま） 魚とピーマンの味噌炒め ウインナーと人参のきんぴら 冷奴 とうもろこし	ごはん 味噌汁（にら・えのき・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 米粉の和風ケーキ 牛乳	ごはん 味噌汁（さつま芋・えのき・ごま） ゴーヤチャンプル 人参じゃこ炒め 果物 玄米おかき プルーン	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
2026.08.10	2026.08.11	2026.08.12	2026.08.13	2026.08.14	2026.08.15
ごはん 味噌汁（なす・玉ねぎ・ごま） 魚の昆布蒸し きゅうりとツナの酢の物 わかめ納豆 豆乳寒天 南部せんべい	休園日	雑穀ごはん 味噌汁（かぼちゃ・しいたけ・ごま） 鶏じゃがよもぎ風味 ピーマンツナ炒め 金時豆 バナナヨーグルト	ごはん 味噌汁（もずく・えのき・ごま） 魚の塩麹焼き 人参しりしり 梅おかか納豆 とうもろこし	ツナ大豆ごはん 味噌汁（しいたけ・玉ねぎ・あおさ） 豚肉高野豆腐のごま炒め しらす 醤油せんべい	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ
2026.08.17	2026.08.18	2026.08.19	2026.08.20	2026.08.21	2026.08.22
ごはん 味噌汁（豆腐・わかめ・ごま） 豚しゃぶしゃぶ塩麹風味 トマトとわかめのサラダ 梅おかか納豆 よもぎ水ようかん ちりめんじゃこ	鶏ひじきませご飯 味噌汁（さつま芋・玉ねぎ・わかめ） 魚と野菜塩麹蒸し 果物 みかんヨーグルト レーズン	雑穀ごはん 味噌汁（人参・玉ねぎ・あおさ） 魚のハーブムニエル カレー風味のジャーマンポテト 冷奴 米粉かぼちゃケーキ	ごはん 味噌汁（さつま芋・えのき・ごま） 魚の醤油麹焼き トマトとわかめのサラダ おくら納豆 お誕生日ケーキ	*夏野菜カレー 野菜スープ おくら梅かつお節和え 果物 玄米ぼん煎餅 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
2026.08.24	2026.08.25	2026.08.26	2026.08.27	2026.08.28	2026.08.29
ごはん 味噌汁（人参・玉ねぎ・あおさ） 魚の照り焼き 切り干し大根の煮物 コーン納豆 寒天人参オレンジゼリー プルーン	糸こんにゃくそばろごはん 味噌汁（もずく・えのき・ごま） 魚の塩麹トマトソース ウインナーと人参のきんぴら きな粉ヨーグルト 果物	雑穀ごはん 味噌汁（かぼちゃ・しいたけ・ごま） 塩麹ニラレバ 人参しりしり 果物 ふかし芋 牛乳	ごはん 味噌汁（にら・えのき・ごま） 魚の塩焼き ソーセージコロコロソテー わかめ納豆 人参おからケーキ	そうめん 鶏肉の梅味噌煮 ピーマンツナ炒め 豆乳ミックスジュース お誕生日ケーキ	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
2026.08.31	<今月の予定> 8月 7日（金）食育「ゴーヤ」…みんなで育てたゴーヤの栄養について、お話します。 8月21日（金）お料理「夏野菜カレー」…夏野菜がたっぷり入ったカレーをつくります。				
ごはん 味噌汁（なす・玉ねぎ・ごま） 魚の醤油麹焼き バンバンジー 梅おかか納豆 みかん寒天 焼塩せんべい					

*献立内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。