



8月のこんだてひょう



ひらた乳児保育園

	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
昼食	<p>暑い日が続いていますね。 暑い夏を乗りきるためには食生活が大切です。 朝ごはんをしっかり食べる、旬の夏野菜をたくさん食べる、こまめに水分補給をする、冷たいものの取りすぎに注意する。などに気を付け暑い夏を乗りきりましょう！</p> 			ごはん 親子煮 かみかみサラダ わかめのみそ汁	ごはん なすと豚肉のみそ炒め おから煮 ふのみそ汁	<p>2日 happy birthday♪ はらみつちゃん ☆3さい☆</p>
3時				おにぎり 牛乳	ドーナツ 牛乳	
	5	6	7	8	9	10
昼食	中華丼 伴三絲 フルーツ もやしのみそ汁	ごはん 筑前煮 ほうれん草の納豆和え コーンのみそ汁	ごはん 魚の南蛮漬け 海藻サラダ じゃが芋のみそ汁	ごはん 厚揚げの中華風煮 キャベツのツナ和え たまねぎのみそ汁	ごはん 鶏肉のから揚げ かぼちゃサラダ なすのみそ汁	
3時	クリームパン 牛乳	ソーセージフリッター 牛乳	かき氷	プリン	きなこもち 牛乳	
	12	13	14	15	16	17
昼食	振替休日		お盆		お盆	
3時					そぼろ丼 小松菜の五色和え フルーツ かぼちゃのみそ汁 チーズ えびせん 牛乳	
	19	20	21	22	23	24
昼食	ハヤシライス コーンサラダ フルーツ ポトフ	ごはん 豆腐ステーキ ゴーヤの酢の物 豚汁	ごはん 魚のごま揚げ りっちゃんサラダ えのきのすまし汁	ごはん ゴーヤチャンプル わかめの酢の物 長芋のみそ汁	ごはん トマト入りハンバーグ マカロニきなこ 白菜のみそ汁	<p>夏まつり</p> 
3時	ヨーグルト	そうめん汁	アイスクリーム	ココア蒸しパン 牛乳	レーズンパン 牛乳	
	26	27	28	29	30	31
昼食	ミートソーススパゲティ カニカマサラダ フルーツ たまごスープ	ごはん 夏野菜のカレー煮 ピーマンともやしのナムル 油揚げのみそ汁	わかめごはん 魚の梅煮 小魚サラダ ごまみそ汁	ごはん 肉豆腐 大根のさっぱりサラダ キャベツのみそ汁	ごはん レバニラ炒め ひじきのサラダ 豆腐のみそ汁	
3時	おにぎり 牛乳	チヂミ 牛乳	マカロニきなこ 牛乳	フレンチトースト 牛乳	昆布 ビスケット 牛乳	