




# 8月のこんだてひょう



令和3年  
ひらた乳児保育園

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
昼食	ハヤシライス かみかみサラダ フルーツ 星の子スープ	ごはん 豚肉の生姜焼き ほうれん草のごま和え なすのみそ汁	ごはん 魚の梅煮 納豆和え けんちん汁	ごはん ハンバーグ シーチキンサラダ 大豆とトマトのスープ	ごはん 鶏肉のからあげ 夏野菜サラダ にらたま汁	冷やしうどん フルーツ
3時	マカロニきなこ 牛乳	とうもろこし 牛乳	おにぎり 牛乳	昆布煮 野菜チップス 牛乳	かき氷	
	9	10	11	12	13	14
昼食	振替休日 	中華丼 ごぼうサラダ フルーツ オクラのみそ汁	ごはん そら豆とじゃがいもの煮っころがし 豆菜サラダ コーンスープ	ごはん なすと豚肉の味噌炒め ひじきと切干大根のサラダ 高野豆腐のみそ汁	焼きそば 油揚げのみそ汁	梅じそわかめおにぎり そうめん汁
3時		フレンチトースト 牛乳	ごま昆布 野菜かりんとう 牛乳	おにぎり 牛乳	オレンジゼリー	
	16	17	18	19	20	21
昼食	ミートスパゲッティ 温野菜サラダ フルーツ ポトフ	ごはん 豚肉とピーマンの炒め物 かぼちゃサラダ なめこ汁	ごはん 魚のみそマヨネーズ焼き ひじきの炒め煮 ポテトスープ	ごはん レバーのケチャップ和え マカロニサラダ ほうれん草のみそ汁	わかめごはん 高野豆腐の卵とじ キャベツのおかか和え 切干大根のみそ汁	おにぎり じゃがいものみそ汁
3時	おにぎり 牛乳	ふの青のりラスク 牛乳	冷やしそうめん	じゃがいももち 牛乳	小魚 ビスケット 牛乳	
	23	24	25	26	27	28
昼食	夏野菜カレー 海藻サラダ フルーツ たまごスープ	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き ほうれん草の磯辺和え わかめのみそ汁	ごはん 魚の磯辺揚げ きゅうりの梅肉和え カレースープ	ゆかりごはん 豆腐ステーキ 青菜のじゃこ和え 具だくさんみそ汁	ごはん ポークビーンズ 小松菜と昆布の和え物 わかめスープ	夏まつり (午前みの保育) おにぎり ふのみそ汁
3時	ココアホットケーキ 牛乳	ヨーグルト	おにぎり 牛乳	チーズ きらず揚げ 牛乳	レーズンパン 牛乳	
	30	31	 <div data-bbox="1558 1503 2590 1740" style="border: 1px solid orange; padding: 10px;"> <p>毎日暑い日が続いていますね。 暑い夏を乗り切るためには食生活が大切です。 朝ごはんをしっかり食べ、旬の夏野菜をたくさん食べましょう。また、こまめな水分補給を心がけましょう。冷たいものの取りすぎには注意してくださいね。 体調管理をしっかりして暑い夏を乗りきりましょう。</p> </div>			
昼食	牛丼 ひじきのマリネ フルーツ レタスのみそ汁	ごはん 肉じゃが わかめの酢の物 コーンのみそ汁				
3時	おにぎり 牛乳	黒糖むしパン 牛乳				