

日	月	火	水	木	金	土
<p>1日(土) 夏祭り 6日(木) 平和集会 13日(木) 14日(金) 15日(土) 18日(火) 避難訓練</p>		<p>19日(水) 誕生会(主食いりません) 20日(木) 交通安全教室</p>		<p>8月の行事予定</p>		<p>1 </p> <p>パン給食 4種類のパン ウインナーソー セージ バナナ 野菜ジュース お茶 お菓子</p>
2	3	4	5	6	7	8
	和風スパゲティ みそ汁 オレンジ 牛乳 ジャムクラッカー	魚のカレー焼き コーンサラダ トマト けんちん汁 牛乳 ゴマ豆乳かん	手作りミートボール 小松菜のゴマ和え クリームスープ バナナ 牛乳 あべかわマカロニ	いり豆腐 野菜スープ のりゴマ納豆 スイカ 牛乳 ココアケーキ	魚とアスパラのかき揚げ オクラのゴマ酢和え 中華スープ 牛乳 フルーツフルーチェ	大豆とウインナーのケチャップ煮 みそ汁 バナナ 牛乳 お菓子
9	10	11	12	13	14	15
	山の日	白身魚の照り焼き もやしとささ身のぼん酢和え コーンクリームスープ 牛乳 お菓子	太平燕 ビーンズサラダ ウインナー オレンジ 牛乳 チョコパン	ひじきの炒め煮 みそ汁 フルーツ お茶 お菓子	南瓜のそぼろ煮 すまし汁 フルーツ お茶 お菓子	肉じゃが コンソメスープ フルーツ お茶 お菓子
16	17	18	19 主食いりません	20	21	22
	ちゃんぽん ポテトサラダ ブロッコリー バナナ 牛乳 きな粉タフィ	魚の味噌焼き レタスのごま和え トマト ニラ玉スープ 牛乳 ヘルシーパンケーキ	夏野菜とシーフードのカレー ブロッコリーサラダ 梨 牛乳 アイスクリーム	ささみのチーズパン粉焼き オクラのかつお和え オニオンスープ 牛乳 ポテト焼き	魚のあんかけ 春雨サラダ みそ汁 オレンジ 牛乳 ピザトースト	すき焼き風煮込み ワカメスープ バナナ 牛乳 お菓子
23	24	25	26	27	28	29
	サラダソーメン れんこんきんぴら ゆで卵 バナナ 牛乳 かぼちゃのごま団子	鶏肉の竜田揚げ きゅうりのゴマポンサラダ エビボールのスープ 牛乳 人参ゼリー	鮭のコーンフレーク焼き かぼちゃサラダ みそ汁 のりゴマ納豆 バナナ 牛乳 コーン蒸しパン	具沢山玉子焼き キャベツのマヨしよ うゆサラダ トマト 豆乳スープ 牛乳 枝豆	筑前煮 みそ汁 梨 牛乳 きなこ団子	麻婆豆腐 すまし汁 バナナ 牛乳 お菓子
30	31	<p></p> <p>栄養たっぷり夏野菜で夏バテ対策を</p> <p>夏野菜とは夏に収穫される野菜を総称したもので、6月から8月に旬を迎える野菜のことを指します。太陽の日差しをたっぷり浴びて育った夏野菜はビタミンCやビタミンE、カロテンやカリウムなどを含む栄養満点な野菜ばかりです。そのまま生で食べられる水分たっぷりのきゅうりやトマトは、火照った身体をクールダウンしてくれる救世主。他にもゴーヤや枝豆など夏バテ予防に食べたい食材が多数。保育園では夏野菜を沢山入れたカレーやサラダを給食に出しています。ご家庭でも夏野菜をふんだんに使用した料理で栄養を摂り、暑さに負けず過ごしましょう。</p>				
	親子うどん わかめとじゃが芋のソテー 巨峰 牛乳 アイスクリーム					

