



給食だより（予定献立表）



やどめ保育園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日					
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>食育クイズ Q. 初夏から秋にかけて、旬のおいしさが増す「なす」の原産地はどこでしょう？</p> <p>①日本 ②中国 ③インド</p> <p>A. ③ 原産地はインドで、シルクロードを通して中国に伝わり、それが日本に伝わったとされています。血圧を下げたり、胃液の分泌を促したりする成分が含まれ、夏バテ予防にも効果的です。</p> </div>			1日	2日	3日					
午前				ビスケット	おせんべい	ビスケット					
昼食				ごはん プリの照り焼き チンゲン菜の塩炒め 味噌汁 チーズ	ごはん 肉じゃが 白菜と竹輪のごま和え 味噌汁 オレンジ	焼うどん 中華スープ くだもの					
午後				ゼリー（ピーチ）	マシュマロフレーク・牛乳	おせんべい					
	5日	6日	7日	8日	9日	10日					
午前	おせんべい	ビスケット	おせんべい	ビスケット	おせんべい	ビスケット					
昼食	ごはん アジの塩焼き ほうれん草の海苔和え 味噌汁 パイナップル	タコライス キャベツのマリネ トマトスープ チーズ	ごはん 白身魚フライ ひじきの煮物 味噌汁 バナナ	ごはん 鶏肉のアップル焼き ジャーマンポテト 野菜スープ りんご	ごはん 肉野菜炒め 小松菜の納豆和え 味噌汁 オレンジ	チキンピラフ 具だくさん豆乳スープ チーズ					
午後	芋もち	ココアブランマンジェ	ガーリックトースト・牛乳	キャロットケーキ・牛乳	鮭わかめごはん	おせんべい					
	12日	13日	14日	15日	16日	17日					
午前	<div style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">振替休日</div>										
昼食							ビスケット	おせんべい	ビスケット	おせんべい	ビスケット
午後							おせんべい	ビスケット	おせんべい	おせんべい	おせんべい
	19日	20日	21日	22日	23日	24日					
午前	おせんべい	ビスケット	おせんべい	ビスケット	おせんべい	ビスケット					
昼食	わかめごはん 魚の煮つけ 白菜の塩昆布和え 味噌汁 オレンジ	冷やし中華 冬瓜のスープ煮 ヨーグルト	ごはん 魚のパン粉焼き 青菜のソテー わかめスープ パイナップル	ごはん 鶏の葱ダレかけ キャベツとツナの和風サラダ 味噌汁 バナナ	納豆ごはん アジの焼浸し 菜の花の和え物 味噌汁	ハヤシライス コンソメスープ くだもの					
午後	青菜ごはん	ゼリー（オレンジ）	シュガートースト・牛乳	ほうれん草とチーズの蒸しパン・牛乳	スノーボールクッキー・牛乳	おせんべい					
	26日	27日	28日	29日	30日	31日					
午前	おせんべい	ビスケット	おせんべい	ビスケット	おせんべい	ビスケット					
昼食	ごはん タラの韓国風照り焼き 生揚げの煮物 味噌汁 オレンジ	冷し肉みそうどん 大学芋 バナナ	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 春雨サラダ 味噌汁 りんご	ごはん 魚の揚げおろし煮 ほうれん草のソテー 味噌汁 パイナップル	カレーライス ブロッコリーサラダ コンソメスープ チーズ	二色丼 ナムル 味噌汁					
午後	豆腐ドーナツ・牛乳	ヨーグルト和え	のり塩ポテト・牛乳	きな粉マカロニ・牛乳	お誕生日ケーキ・ジュース	おせんべい					