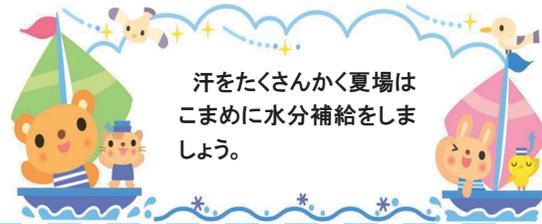


8がつこんだて

平成 28 年 8 月 1 日 社会福祉法人三心会 織笠保育園

なんでもたべよう



夏のお弁当について

食べ物が傷みややすくなるこの時期は、お弁当の衛生管理には、特に気を付けましょう。

- ・ご飯は当日の朝に炊いた白いご飯を詰めましょう。
- ・梅干を入れてみましょう。
→梅干しには殺菌効果があるとされています。
- ・お弁当箱のふたは冷ましてから閉めましょう。



- ★お箸セット、おしぼりはきれいにしてお持ち帰り下さい。
- ★食材の都合により献立を変更する場合があります。
ご了承ください。
- ★以上児のカロリーは副食給食のみのカロリーとなっております。
主食用(ご飯)のカロリーは含まれていません。
- ★(参考)主食用(ご飯 110g(目安))のカロリーは 185 Kcal です。

日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食		全園児午後のおやつ	栄養価	
			全 園 児			未満児	以上児
1	月	牛乳・ウエハース	鮭のマヨネーズ焼き・かぼちゃの煮物・枝豆・野菜の味噌汁・オレンジ		ジョア・せんべい	524	369
2	火	牛乳・卵ポーロ	鶏肉の味噌焼き・フレンチサラダ・トマト・若布の味噌汁・バナナ		牛乳・クッキー	496	323
3	水	牛乳・ブリッツ	鯖の黄金焼き・野菜炒め・茹でブロッコリー・すまし汁・グレープフルーツ		牛乳・ビスケット	513	354
4	木	麦茶・クラッカー	ハヤシライス・コーンサラダ・ポイルウインナー・コンソメスープ・バナナ		ヨーグルト	480	352
5	金	牛乳・ビスコ	ローストチキン・スパゲッティソテー・枝豆・若布スープ・オレンジ		牛乳・せんべい	479	306
6	土	麦茶・クッキー	チキンライス・野菜スープ・グレープフルーツ		お菓子		
7	日						
8	月	牛乳・クラッカー	麻婆豆腐・中華サラダ・ナスフライ・なめこの味噌汁・キウイフルーツ		牛乳★バナナケーキ	673	511
9	火	牛乳・ビスケット	鱈のパン粉焼き・粉吹き芋・枝豆・すまし汁・バナナ		牛乳・せんべい	484	315
10	水	★フルーツヨーグルト	マカロニグラタン・ピーフンソテー・浸し和え・豆腐の味噌汁・オレンジ		牛乳★ピザトースト	576	451
11	木		山 の 日				
12	金	牛乳・クッキー	豚肉の生姜焼き・大根とツナのサラダ・ブロッコリーソテー・野菜の味噌汁・バナナ		牛乳★ブルーベリーケーキ	640	439
13	土	麦茶・せんべい	タコライス・ミニジュース・オレンジ		お菓子		
14	日						
15	月	麦茶・ビスケット	中華丼・ミニジュース・バナナ		お菓子		
16	火	麦茶・せんべい	カレーライス・ミニジュース・オレンジ		お菓子		
17	水	牛乳・卵ポーロ	鮭フライ・筑前煮・小松菜のおかか和え・大根の味噌汁・ブドウ		牛乳★手作りパン	463	281
18	木	牛乳・ブリッツ	ミートローフ・スパゲッティサラダ・トマト・コンソメスープ・グレープフルーツ		麦茶★茹でとうもろこし	579	436
19	金	りんごジュース・ビスコ	たこ天・和風サラダ・かぼちゃ煮・すまし汁・オレンジ		アイスクリーム	445	281
20	土	麦茶・クッキー	冷やしきつねうどん・ミニジュース・バナナ		お菓子		
21	日						
22	月	牛乳・せんべい	タラフライ・大豆の五目煮・ごま和え・なめこの味噌汁・バナナ		牛乳★チーズケーキ	630	472
23	火	ジョア・クッキー	誕 生 会		フルーツゼリー	584	422
24	水	牛乳・ビスケット	チキンカツ・ジャーマンポテト・シルバーサラダ・若布スープ・ブドウ		牛乳★ストーンクッキー	669	546
25	木	牛乳・卵ポーロ	千草焼き・大根サラダ・きゅうりの中華和え・豆腐の味噌汁・オレンジ		牛乳★チーズ蒸しパン	524	358
26	金	牛乳・せんべい	鮭の塩焼き・五目きんぴら・茹でブロッコリー・野菜の味噌汁・グレープフルーツ		牛乳・ミニパン	590	416
27	土	牛乳・クッキー	そうめん・乳酸飲料・バナナ		お菓子		
28	日						
29	月	麦茶・バナナ	鶏肉の甘辛煮・大根とツナのサラダ・トマト・野菜の味噌汁・オレンジ		牛乳・クッキー	489	387
30	火	牛乳・ブリッツ	鯖の竜田揚げ・しょうゆフレンチ・さつま芋のレモン煮・若布の味噌汁・バナナ		★ヨーグルトゼリー	558	410
31	水	牛乳・せんべい	ひじき入り厚焼き卵・ごぼうサラダ・枝豆・豆腐の味噌汁・グレープフルーツ		牛乳・ビスケット	502	328