

8がつのこんだて

月	火	水	木	金	土
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂 未満児 午前おやつ 未満児主食	455Kcal/20.6g/15.0g 374Kcal/22.7g/16.1g ぎゅうにゅう(100)	467Kcal/16.6g/9.5g 397Kcal/16.7g/10.0g おごきせんべい(やさい)	476Kcal/20.0g/14.5g 397Kcal/21.3g/15.8g ぎゅうにゅう(100)	462Kcal/12.7g/18.9g 395Kcal/12.5g/21.9g ぎゅうにゅう(100)	387Kcal/17.7g/12.3g 268Kcal/15.6g/12.0g ぎゅうにゅう(100)
	1 おごきごはん ぶたにくのみそつけやき なっとうサラダ なまあげのみそしる メロン わぎちゃ ドーナツ ぎゅうにゅう(未100 以200)	2 身体測定 わぎちゃ ビーマンごはん わぎちゃ	3 栄養指導(たんぼぼ) おごきごはん どうふとツナのハンバーグ ゴールデンサラダ おくらのみそしる ぶどう わぎちゃ レーズパン	4 おごきごはん おからだんごのあんかけ だいこんとほうれんそうのサラダ レタスープ すいか わぎちゃ にぼしクッキー 未:わぎちゃ 以:ぎゅうにゅう(100)	5 ゆかりごはん 以上児組はおにぎりを 持って来てください ぐだくさんたまごスープ パナナ わぎちゃ えびせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂 未満児 午前おやつ 未満児主食	461Kcal/21.8g/17.3g 397Kcal/25.0g/21.8g ぎゅうにゅう(100)	458Kcal/17.2g/15.2g 392Kcal/18.0g/17.7g ぎゅうにゅう(100)	471Kcal/22.6g/16.2g 501Kcal/24.7g/15.3g ぎゅうにゅう(100)	463Kcal/15.7g/17.3g 376Kcal/15.1g/18.9g ぎゅうにゅう(100)	233Kcal/7.1g/11.1g 233Kcal/7.1g/11.1g ぎゅうにゅう(100)
7 おごきごはん ハムエッグ たけのこのおかかサラダ モロヘイヤなっとう ゆうがおスープ メロン わぎちゃ ポテトピザ ぎゅうにゅう(未100 以200)	8 おごきごはん どりにくとなすのあげひたし えのきとくらのめあえ トマト ワンタンじる パナナ わぎちゃ かんパン ぎゅうにゅう(未100 以200)	9 運動遊び(たんぼぼ) 保護者会役員会 フォー でじゃやめん トマトのれいしゅぶサラダ ちゅうかコンスープ すいか ペビーチーズ わぎちゃ ももとヨーグルトのセリー カルシウムせんべい	10 誕生祝会 (スイカ割り会) いかサラダわふうドレッシング かぼちゃのグラッセ ごましお たまねぎのみそしる ぶどう わぎちゃ こうやどうふとごぼうスティック ぎゅうにゅう(未100 以200)	11 山の日 布団等持ち帰り日 おやさいせんべい わぎちゃ おごきごはん ススキのオランダあげ ゆうがおのツナいため こおりどうふのみそしる すいか わぎちゃ おからケーキ 未:わぎちゃ 以:ぎゅうにゅう(100)	12 手作り弁当日 おかず入りのお弁当と 水筒を持ってきてください スティックゼリー かぶきあげ ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂 未満児 午前おやつ 未満児主食	190Kcal/7.1g/9.4g 190Kcal/7.1g/9.4g ぎゅうにゅう(100)	181Kcal/7.3g/8.5g 181Kcal/7.3g/8.5g ぎゅうにゅう(100)	202Kcal/7.3g/9.3g 202Kcal/7.3g/9.3g ぎゅうにゅう(100)	466Kcal/15.4g/17.6g 385Kcal/15.1g/19.6g ぎゅうにゅう(100)	457Kcal/17.8g/15.4g 395Kcal/17.7g/11.9g 274Kcal/15.5g/11.5g ぎゅうにゅう(100)
14 手作り弁当日 おかず入りのお弁当と 水筒を持ってきてください ハウスみかん えびせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	15 手作り弁当日 おかず入りのお弁当と 水筒を持ってきてください ハウスみかん ほしのパフ ぎゅうにゅう(未100 以200)	16 手作り弁当日 おかず入りのお弁当と 水筒を持ってきてください ミニカップゼリー カルテツゴフレット ぎゅうにゅう(未100 以200)	17 おごきごはん なつやさいカレー もやしスープ メロン わぎちゃ チーズむしケーキ ぎゅうにゅう(未100 以200)	18 食育体操(ひよこ) おごきごはん ススキのオランダあげ ゆうがおのツナいため こおりどうふのみそしる すいか わぎちゃ おからケーキ 未:わぎちゃ 以:ぎゅうにゅう(100)	19 おごきごはん ごましおごはん 以上児組はおにぎりを 持って来てください ぶたにくとだいなすのトマトシチュー パナナ わぎちゃ かーさんビスケット ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂 未満児 午前おやつ 未満児主食	451Kcal/15.2g/15.7g 375Kcal/15.0g/17.7g ぎゅうにゅう(100)	459Kcal/22.9g/9.6g 374Kcal/22.6g/10.0g ぎゅうにゅう(100)	458Kcal/15.6g/15.8g 388Kcal/16.7g/18.7g おごきせんべい わぎちゃ	460Kcal/22.1g/11.7g 376Kcal/24.7g/10.9g ぎゅうにゅう(70) わぎちゃ	459Kcal/17.9g/14.2g 387Kcal/21.1g/18.8g やさい&フルーツ わぎちゃ
21 おごきごはん カレーにくじゃが つるむらさきのおひたし もやしのみそしる プラム わぎちゃ かぼちゃパイ ぎゅうにゅう(未100 以200)	22 おごきごはん まぐろのなんぶやき やきポテト せんべいじる ぶどう わぎちゃ ごまだんご 未:わぎちゃ 以:ぎゅうにゅう(100)	23 おごきごはん にくみそどうふ ポテトサラダ はくさいじる すいか わぎちゃ ミロトスト ぎゅうにゅう(100)	24 おごきごはん ざきみのおおりのチーズやき きりぼしだいのこんおカレーに かぼちゃのとうにゅうポタージュ パナナ わぎちゃ ひやしうどん おさかなサブレ ぎゅうにゅう(未100 以200)	25 運動遊び(やへへら) おごきごはん やきししゃも ざきみときゅうりのすみそあえ ゆかり トマトなべ メロン わぎちゃ チーズいりごまかりんどう ぎゅうにゅう(未100 以200)	26 おごきごはん ふりかけごはん 以上児組はおにぎりを 持って来てください おさかなじる パナナ わぎちゃ みみかりんどう ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂 未満児 午前おやつ 未満児主食	470Kcal/18.1g/14.6g 393Kcal/18.5g/16.2g ぎゅうにゅう(100)	455Kcal/19.9g/15.2g 370Kcal/20.9g/16.4g ぎゅうにゅう(100)	463Kcal/20.2g/16.8g 371Kcal/19.7g/18.0g ぎゅうにゅう(100)	457Kcal/18.2g/14.9g 372Kcal/19.3g/16.8g ぎゅうにゅう(100)	先月同様暑さで食が進まない様子…。今月は納豆の他、『ふりかけ・ごま塩・ゆかり』など、ご飯にかけて食べるものを取り入れ、少しでもスムーズにごはんが食べられるように考えました!最近、味のついたご飯(何かかたり混ぜたり)でないと食べられない子が増えているなど感じます。園では、おかずと交互に白ごはんを合わせて食べるように促しています。これは日本人特有の口中調味(口内調味)というそうです。
28 おごきごはん ぶたレバーのごますあえ おくらときゅうりのときあえ トマト なめこじる ぶどう わぎちゃ かぼちゃまんじゅう ぎゅうにゅう(未100 以200)	29 おごきごはん たまごときのこちゅうかいため ビーマンのじゃこいため じゃがいものみそしる パナナ わぎちゃ バインとチーズのパンパディング ぎゅうにゅう(未100 以200)	30 おごきごはん ビーマンのにくつめやき ポテトとウインナーのソテー なっとう おくらスープ げんきヨーグルト わぎちゃ ごまポッキー 未:わぎちゃ 以:ぎゅうにゅう(100)	31 移動図書館 おごきごはん マカロニグラタン チンゲンサイのごまあえ トマトのふわふわたまごスープ ぶどう わぎちゃ わかめせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	先月同様暑さで食が進まない様子…。今月は納豆の他、『ふりかけ・ごま塩・ゆかり』など、ご飯にかけて食べるものを取り入れ、少しでもスムーズにごはんが食べられるように考えました!最近、味のついたご飯(何かかたり混ぜたり)でないと食べられない子が増えているなど感じます。園では、おかずと交互に白ごはんを合わせて食べるように促しています。これは日本人特有の口中調味(口内調味)というそうです。	

