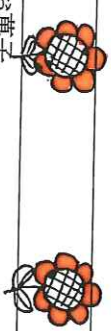



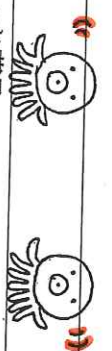



日付	曜日	献立	おやつ
2月	月	ふんわり野菜とちくわの卵とじ・ひじきの春雨サラダ・もやしの味噌汁・バナナ	牛乳・お菓子
3	火	ナスとピーコンのトマト煮・大根ときゅうりのサツパリ和え・にらたまごスープ・みかんとパイソンの二色ゼリー	牛乳・お好み焼き
4	水	かじきまぐろの甘煮・レモン風味のワカオニサラダ・お芋のコンソメスープ・グレープフルーツ	ヨーグルト・お菓子
5	木	夏野菜スタミナカレー・色どりサラダ・冷やっこ・オレンジゼリー	牛乳・すいか
6	金	切り干し大根とひじきの煮しめ・コールスローサラダ・なすとちくわの味噌汁・オレンジ	牛乳・ポテトとハムのバターおやき
7	土	カレー風味のバターライス・コンソメスープ・バナナ	
9	月	厚揚げと春雨の炒め煮・きゅうりとイカの酢の物・かぼちやとなめこの味噌汁・フルーツのヨーグルト和え	牛乳・お菓子
10	火	ししやもの磯辺揚げ・カボチャのピーコンサラダ・キヤベツのコンソメスープ・桃とパイソンの二色ゼリー	牛乳・きなこ団子
11	水	バターロール・ひじきと豆腐のハンバーグ・ツナとトマトのレモン風サラダ・じゃが芋の和風スープ・すいか	バナナ・シヤベツ
12	木	じゃがいもの鶏そぼろ煮・大根とワカメのサラダ・かにかま卵スープ・グレープフルーツ	牛乳・かぼちやとごまの蒸しパン
13	金	豚肉の味噌いため煮・もりもりサラダ・夏スープ・アツパルゼリー	牛乳・チーズ・お菓子
14	土	冷麦・オレンジ	
16	月	ふんわり野菜とちくわの卵とじ・ひじきの春雨サラダ・もやしの味噌汁・バナナ	牛乳・お菓子   
17	火	ナスとピーコンのトマト煮・大根ときゅうりのサツパリ和え・にらたまごスープ・みかんとパイソンの二色ゼリー	牛乳・お好み焼き
18	水	かじきまぐろの甘煮・レモン風味のワカオニサラダ・お芋のコンソメスープ・グレープフルーツ	ヨーグルト・お菓子
19	木	夏野菜スタミナカレー・色どりサラダ・冷やっこ・オレンジゼリー	牛乳・すいか
20	金	切り干し大根とひじきの煮しめ・コールスローサラダ・なすとちくわの味噌汁・オレンジ	牛乳・ポテトとハムのバターおやき
21	土	カレー風味のバターライス・コンソメスープ・バナナ	
23	月	厚揚げと春雨の炒め煮・きゅうりとイカの酢の物・かぼちやとなめこの味噌汁・フルーツのヨーグルト和え	牛乳・お菓子
24	火	ししやもの磯辺揚げ・カボチャのピーコンサラダ・キヤベツのコンソメスープ・桃とパイソンの二色ゼリー	牛乳・きなこ団子
25	水	誕生会メニュー!!! テーマ「おぼけなまごころ」おたのしみ会	バナナ・シヤベツ
26	木	じゃがいもの鶏そぼろ煮・大根とワカメのサラダ・かにかま卵スープ・グレープフルーツ	牛乳・かぼちやとごまの蒸しパン
27	金	豚肉の味噌いため煮・もりもりサラダ・夏スープ・アツパルゼリー	牛乳・チーズ・お菓子
28	土	冷麦・オレンジ	
30	月	ふんわり野菜とちくわの卵とじ・ひじきの春雨サラダ・もやしの味噌汁・バナナ	牛乳・お菓子 
31	火	ナスとピーコンのトマト煮・大根ときゅうりのサツパリ和え・にらたまごスープ・みかんとパイソンの二色ゼリー	牛乳・お好み焼き

夏本番!!

暑い夏も給食をたくさん
食べる子供たちよ
夏はさっぱりとした酢が
おすすめです谷
酢にはいろいろな効果が
あります!!!



消化・吸収を助ける

夏は特に体力を消耗します。
酢を使うことで使れた胃腸を
元気にしてくれます
体内の老廃物や有害物質を
除去するのをサポート!!

血液サラサラ

血液の流れをスムーズにする。

防腐・殺菌効果

主な板金、びん、殺菌に効果あり!!

食材のカリシムの吸収を助ける

アジやイワシを南蛮漬けにしたり
酢を加えて煮込めば、骨まで食べ
られるようになる。



☆ 1歳さめサラダの作り方 ☆

(はるさめは戻し、切った水気をきる。きゅうりにんじんは千切り、にんじんはゆでておく。しらすは10分の大きさに、ハムは千切りにし、さとう、ごま油、しょうゆ、酢を味をつける。園では酢をたら30%使用したサラダには上げています)