



よていこんだてひょう

令和6年度 目標 8月  
エネルギー 403kcal 400kcal  
たんぱく質 15.9g 16.3g  
脂質 16.9g 16.2g  
塩分 1.6g 1.8g

以上児(たんぽぽ組 ひまわり組 ふじ組)

いわさきこども園

	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
午前	暑く、ムシムシする日が続いています。少し動いただけでたくさんの汗をかき、想像以上に体力も消耗していくので、園ではこまめに水分をとるようにして体調管理をしています。			幼児牛乳	すいか	幼児牛乳
昼食	カラフルな旬の夏野菜はカリウムや水分が豊富です。体にこもった余分な熱を取り除いてくれる働きもあるのでたくさん取り入れるようにしましょう。バランスの良い食事・規則正しい食事を心がけて、暑さを乗り切りましょう。			さつまいの味噌汁 鶏肉の照り煮 胡麻和え マスカットゼリー	大根の味噌汁 ポークソテー カレーもやし 野菜ジュース	うどん入りスープ 肉野菜炒め デザート
午後	今月のごはんのいない日…6日・9日・23日			ゆめヨーグルト ハッピーターン	幼児牛乳 ホームパイ	幼児牛乳 せんべい
	5	6	7	8	9	10
午前	カルピスウォーター	スポロン *ごはんのいない日*	牛乳	牛乳	幼児牛乳 *ごはんのいない日*	幼児牛乳
昼食	茄子の味噌汁 ミートグラタン オレンジ	そうめん 星のハンバーグ☆ ブロッコリーおひたし 天の川ゼリー	挽肉カレー マカロニサラダ ヤクルト	じゃが芋の味噌汁 サーモンフライ 野菜サラダ バナナ	焼きそば 中華スープ コーンしゅうまい ゼリー	もやしの味噌汁 魚のみりん焼き おかか和え デザート
午後	お茶 チャーハンおにぎり	牛乳 ハーベスト	牛乳 いちごのプチケーキ	幼児牛乳 かがみせんべい	ごちそうヨーグルト	幼児牛乳 せんべい
	12	13	14	15	16	17
午前	<b>振替休日</b> 	幼児牛乳	幼児牛乳	幼児牛乳	幼児牛乳	幼児牛乳
昼食		コンソメスープ 肉だんご野菜あんかけ デザート	わかめの味噌汁 ますの塩焼き 野菜とハム炒め デザート	白玉麩の味噌汁 ふりかけ 厚焼卵 塩昆布野菜 デザート	シーチキンカレー ブロッコリーとパスタのサラダ デザート	わかめとうどん入りスープ ミートオムレツ 甘酢野菜 デザート
午後		幼児牛乳 せんべい	幼児牛乳 クッキー	幼児牛乳 サブレ	幼児牛乳 せんべい	幼児牛乳 あられ
	19	20	21	22	23	24
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	りんごジュース	幼児牛乳
昼食	ハッシュドポーク サラスパサラダ ヤクルトLT	ひやむぎ入りスープ 肉じゃが ホワイトミニ	海苔佃煮 茄子の味噌汁 キャベツとベーコンの卵とじ 青りんご	すまし汁 ビーフンと肉野菜炒め 小魚佃煮 バナナ	*ごはんのいない日* カレーピラフ 野菜スープ ナゲット さっぱり漬け メロン	さつまいの味噌汁 さんまのおかか煮 海苔和え デザート
午後	幼児牛乳 クッキー	ヨーグルト ほしたべよ	豆乳プリン 胡麻せんべい	牛乳 源氏パイ	アイス ミニせんべい	幼児牛乳 せんべい
	26	27	28	29	30	31
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食	大根とわかめの味噌汁 タンドリーフィッシュ キャベツとカニ風味和え グレープフルーツ	かきたまスープ 鶏肉の胡麻味噌焼 ブロッコリーサラダ バナナ	ポークカレー 野菜とチーズのサラダ 野菜ジュース	ワンタンスープ エビカツ ツナス オレンジ	豚汁 おとうふしゅうまい おかか野菜 コンポート	庄内麩の味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 デザート
午後	お茶 とうもろこし	牛乳 ココナツサブレ	牛乳 純米せんべい	牛乳 野菜スナック	牛乳 パンケーキ	幼児牛乳 せんべい

おしぼり・おしぼりケース・水筒・コップは子ども達の手や口に触れるものなので、毎日洗い、時々漂白するなどして清潔に保ちましょう。お子さんが心地よく使用できるよう、ご協力をお願いします。