

令和元年 8月 献立表（後期・完了期）

二川保育園

日	曜	献立名			赤 色	黄 色	緑 色
		午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	血や肉を作る食品	力や体温となる食品	体の調子を整える食品
26	月	ビスケット 麦茶	にゅうめん まぐろの煮つけ わかめの酢の物	♪コーンパン 麦茶 すいか	まぐろ わかめ のり・ごま	そうめん	人参・きゅうり・オクラ コーン・もやし すいか
13	火	バナナ 麦茶	ごはん 肉じゃが 切干大根の和えもの なすのみそ汁	♪水羊羹 麦茶 なし	豚肉 あずき	ごはん じゃが芋 しらたき	玉ねぎ・人参・なす もやし・きゃべつ・えのき いんげん・なし
14	水	おせんべい 麦茶	ごはん 豆腐ハンバーグ トマトドレッシングサラダ コンソメスープ	♪麩のラスク 麦茶 オレンジ	鶏ひき肉 豆腐 きなこ	ごはん 麩	玉ねぎ・人参・きゃべつ トマト・きゅうり・とうがん コーン・えりんぎ・オレンジ
1	木	なし 麦茶	ごはん 高野豆腐の煮物 きゅうりの梅和え かぼちゃのみそ汁	♪クッキー 麦茶 バナナ	高野豆腐 卵	ごはん	玉ねぎ・人参・きゃべつ きゅうり・かぼちゃ・梅干し もやし・ほうれん草・バナナ
2	金	蒸しかぼちゃ 麦茶	ごはん ツナコーンのトマト煮 フレンチサラダ 玉ねぎのスープ	♪クラッカー 麦茶 メロン	ツナ	ごはん じゃが芋	玉ねぎ・人参・きゃべつ きゅうり・ピーマン・コーン トマト・メロン
3	土	おかし 麦茶	にゅうめん 豚しゃぶサラダ バナナ	♪ゼリー 麦茶 オレンジ	豚肉 わかめ	そうめん	玉ねぎ・人参・きゅうり きゃべつ・トマト・コーン もやし・オレンジ
5	月	オレンジ 麦茶	冷や汁そうめん 鶏肉の照り焼き トマト	♪塩昆布おにぎり 麦茶 すいか	鶏肉 ごま 塩昆布	そうめん ごはん	玉ねぎ・人参・きゅうり なす・しそ・おくら・トマト すいか
6	火	バナナ 麦茶	ごはん カレイの煮つけ ひじきのサラダ じゃが芋のスープ	♪豆乳プリン 麦茶 オレンジ	カレイ・豆乳 ちくわ ひじき	ごはん じゃが芋	玉ねぎ・人参・きゃべつ きゅうり・舞茸・もやし オレンジ
7	水	粉ふき芋 麦茶	ごはん 野菜つくね きゅうりの中華サラダ ズッキーニのスープ	♪お好み焼き 麦茶 もも	鶏ひき肉	ごはん	玉ねぎ・人参・きゃべつ ズッキーニ・コーン・長ねぎ しいたけ・きゅうり・もも
8	木	オレンジ 麦茶	わかめごはん あじのねぎ味噌焼き 納豆サラダ 玉ねぎのみそ汁	♪かみかみかりんとう 麦茶 なし	あじ 納豆 わかめ	ごはん	玉ねぎ・人参・きゃべつ 長ねぎ・もやし・きゅうり 小松菜・しめじ・オレンジ・なし
9	金	おせんべい 麦茶	ごはん トマトポーク煮 コーンと枝豆のサラダ なし	♪ビスケット 麦茶 バナナ	豚ひき肉	ごはん じゃが芋	玉ねぎ・人参・きゃべつ 枝豆・コーン・かぼちゃ トマト・なし・バナナ
17	土	おかし 麦茶	ごはん 煮物 スープ バナナ	おかし 麦茶	鶏肉	ごはん	玉ねぎ・人参 バナナ
30	金	★誕生会 お楽しみ給食★					

※お子さんの月齢にあわせて給食を提供させていただきます。

※献立内の青色は「先生たちの思い出給食」のメニュー「わかめごはん」「冷凍パイン」です。

離乳食では「わかめごはん」を提供します。

※ピンク色の食材は旬の食材です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。

※5日、19日の冷や汁そうめんはふじ組・さくら組の保護者からの紹介メニューです。



♪『先生たちの思い出給食』♪

今月の先生たちの思い出給食は、「わかめごはん」「冷凍パイン」です。今でもよく食べられているメニューで、今から17～18年前、平成13～14年頃にも出ていました。この頃は、現在の天皇陛下、皇后さまの長女愛子さまの御誕生、小泉内閣の発足、家電リサイクル法施行、JR東日本の新タイプ定期券「Suica」発売、東京ディズニーシーや、USJの開園、米マリナーズのイチローがMVPと新人王受賞、9.11アメリカ同時多発テロ事件、えひめ丸事故など、たくさんの出来事がありました。また、ハリーポッター3部作（賢者の石など）がベストセラーになり、翌年には映画で大人気になりました。他には、「千と千尋の神隠し」「猫の恩返し」など、今でも記憶に新しいですね。テレビでは、HERO、空から降る一億の星、ごくせん第一シリーズ、ナルト、昼ドラの火付け役となった「真珠婦人」などが話題になりました。食べものでは、トルコ風アイス、ロイズのポテトチップチョコレートが発売され、子どものおもちゃでは、ベイブレードが流行りました。

♪『海藻類』♪

海藻類はビタミン、ミネラルが含まれ、食物繊維がたくさん含まれています。野菜などに多い、不溶性の食物繊維は便のかさを増やして便通を整えるのに効果的ですが、海藻類は水溶性の食物繊維が豊富で、腸内のコレステロールに付着して便として排出する効果があります。また、カルシウムと鉄分も含まれ、低エネルギーのため、健康にも美容にもよい食べものです。

※都合により献立、食材が変更になる場合があります。