

# 8月予定献立表 (13ヶ月)

令和2年度 ひかり保育園

日付	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ
1 (土)	フォローアップミルク	家庭弁当 麦茶	おやつ
3 (月)	フォローアップミルク	軟飯, オムレツ, にんじんしりしり トマト和え, 麦茶	ソフトクッキー フォローアップミルク
4 (火)	桃のコンポート フォローアップミルク	ポテトサンドウィッチ, <b>冬瓜と豚挽き肉の炒め煮</b> スティックきゅうり, 春雨スープ, 麦茶	ごま味噌おにぎり フォローアップミルク
5 (水)	スティック人参 フォローアップミルク	軟飯, <b>豚挽肉となすのトマト和え</b> アスパラともやしの炒め煮, 切干し大根のみそ汁, 麦茶	<b>フルーツポンチ</b> フォローアップミルク
6 (木)	フォローアップミルク	軟飯, 一口シューマイ, 五目ビーフンの炒め煮 南瓜和え, 麦茶	蒸しパン フォローアップミルク
7 (金)	薄切りチーズ フォローアップミルク	炊き込み軟飯, 魚のほぐし煮, 野菜の柔らか煮 ボイルブロッコリー, ゆで卵, 麦茶	ミートグラタン フォローアップミルク
8 (土)	フォローアップミルク	家庭弁当 麦茶	おやつ
11 (火)	フォローアップミルク	軟飯, じゃが芋のトマトミルク煮 キャベツ和え, <b>西瓜</b> , 麦茶	ふんわりケーキ フォローアップミルク
12 (水)	ねりきなこ フォローアップミルク	煮麺, 豆腐の含め煮 竹輪ときゅうりの和え物, わかめスープ, 麦茶	野菜リゾット フォローアップミルク
13 (木)	プルーンのむヨーグルト	家庭弁当 麦茶	おやつ
14 (金)	リンゴジュース	家庭弁当 麦茶	おやつ
15 (土)	のむヨーグルト	家庭弁当 麦茶	おやつ
17 (月)	オレンジジュース	ごはん, かき揚げ, 南瓜の甘煮 マカロニサラダ, 麦茶	マーブルケーキ 麦芽ミルク
18 (火)	いり卵 麦茶	ひじき五目ごはん, 豚ロース一口生姜焼き さつま揚げの含め煮, <b>ネバネバサラダ</b> , 麦茶	ちんすこう プルーンのむヨーグルト
19 (水)	のむヨーグルト	ごはん, 豆腐の五目あんかけ, ボイルウインナー キャベツの酢の物, <b>梨</b> , 麦茶	ベーコンチーズのスコーン オレンジジュース
20 (木)	人参の甘煮 麦茶	ロールパン, 魚のフライ, <b>ラタトゥイユ</b> 三色ごま和え, 麦茶	<b>手作りおにぎり</b> 乳酸菌飲料
21 (金)	チーズ 麦茶	ごはん, 中華風かけ納豆, 人参ときのこのソテー ポテトサラダ, 麦茶	<b>[誕生日会]</b> 誕生ケーキ リンゴジュース
22 (土)	プルーンのむヨーグルト	家庭弁当 麦茶	おやつ
24 (月)	のむヨーグルト	ごはん, 卵と春雨の中華炒め, 生揚げの含め煮 みそマヨサラダ, 麦茶	小倉サンド 牛乳
25 (火)	リンゴジュース	ナポリタン, 照り焼きハンバーグ 洋風スープ, <b>西瓜</b> , 麦茶	お好み焼き のむヨーグルト
26 (水)	人参の甘煮 麦茶	ごはん, チキンカレーピカタ かぼちゃの素揚げ, <b>オクラのツナサラダ</b> , 麦茶	ミルクもち オレンジジュース
27 (木)	<b>薄切り梨</b> 麦茶	ごはん, <b>豚細切り肉となすのトマト炒め</b> 高野豆腐と昆布の柔らか煮, もやしとわかめのナムル, 麦茶	フォカッチャ 乳酸菌飲料
28 (金)	牛乳	ごはん, 煮魚, 青梗菜の中華炒め じゃが芋のごまサラダ, 麦茶	バイクドチーズケーキ リンゴジュース
29 (土)	プルーンのむヨーグルト	家庭弁当 麦茶	おやつ
31 (月)	乳酸菌飲料	ごはん, はんぺんフライ, ひじきの煮物 スパゲティサラダ, 麦茶	<b>梨ゼリー</b> 麦芽ミルク

目標：離乳食完了がスムーズに出来るようにしましょう

## お米 ~おにぎり作り~



8月の食育活動は「お米~おにぎり作り~」です。  
お米がどのように成長していくのかを学びます。  
おやつには自分が選んだ好みの具で  
手作りおにぎりを楽しみます。

