



給食だより

令和5年7月 波島保育園

梅雨が終わると、本格的な暑さがやってきますね。暑くなると、食欲がなくなりがちですが、栄養バランスのとれた給食をしっかり食べて、こまめに水分の補給をとって、元気に乗り切ってください。

誕生会メニュー 7月21日(金)

サラダうどん おくらスープ
 からあげ おにぎり
 すいか

さっぱり、ツルツル具たくさんのサラダうどん、
 楽しみにしててね

おやつに、甘いメロン、ジューシーなパイナップルが登場してきました。



とうもろこしは、皮むきをぞう組さん
 にお願いますと、みんな喜んでお手伝
 いをしてくれます。

ゆでたてのとうもろこしは、新鮮で
 いい匂いで、甘みがあります。
 「私、すいかが、大好き！いつ食べれ
 るのかな？」

みんなで、旬を楽しみながら、味わっ
 てます。



6月の誕生会は、あじさいの
 花を咲かせました。
 「かわいい！最後に食べる～
 ♪」
 「葉っぱ、苦いな～」
 みんな、とっても喜んでくれ
 ました。



日	曜	副 食	おやつ	未満児朝のおやつ	離 乳 食
10 ・ 24	月	ポークカレー きゃべきゃべサラダ オレンジ	牛乳 ジャムサンド	牛乳 ビスコ	白かゆ ささ身とじゃがいも煮 みそ汁
11 ・ 25	火	魚のチーズ焼き ほうれん草のごま和え 豆腐のスープ	お茶 すいか	ヨーグルト	白かゆ 魚の照り焼き すまし汁
12 ・ 26	水	牛肉の甘辛炒め きゅうりの昆布和え そうめんのすまし汁	牛乳 大学いも	牛乳 バナナ	白かゆ 鶏ささ身と野菜の煮物 野菜スープ
13 ・ 27	木	ひじき入りハンバーグ マカロニサラダ 星の子スープ	お茶 アイスクリーム クラッカー	牛乳 チーズ	白かゆ かぼちゃのそぼろ煮 すまし汁
14 ・ 28	金	大豆の五目煮 じゃこ炒め かぼちゃのみそ汁	牛乳 ゼリー	牛乳 お菓子	白かゆ 鶏肉のうま煮 みそ汁
1 15 29	土	中華丼 小松菜スープ	牛乳バナナ	牛乳 ビスケット	白かゆ 野菜のあんかけ
3	月	鮭の塩焼き リャンパンサンスー じゃがいもみそ汁	牛乳 みるくっこ	牛乳 コーンフレーク	白かゆ 魚の照り焼き じゃがいもみそ汁
4 ・ 18	火	夏野菜のスタミナ炒め きゅうり漬け お麩のすまし汁	牛乳 パイナップル ビスケット	ヨーグルト	白かゆ 根菜と鶏肉の煮物 野菜スープ
5 ・ 19	水	チキンのワイン煮 マセドアンサラダ コーンスープ	牛乳 プリン	牛乳 お菓子	白かゆ チキンの甘煮 豆乳スープ
6 ・ 20	木	マーボー豆腐 千切り大根のサッパリサラダ ワカメスープ	牛乳 メロン お菓子	牛乳 チーズ	白かゆ マーボー豆腐 みそ汁
21	金	魚の南蛮漬け かぼちゃの煮物 なすのみそ汁	牛乳 フレンチトースト	牛乳 バナナ	白かゆ 白身魚蒸し煮 野菜スープ
8 ・ 10	土	ナポリタンスパゲッティ かきたまスープ もも缶	牛乳 クッキー	牛乳 せんべい	白かゆ スパゲッティ 野菜スープ

※行事などで献立が変わることがあります。