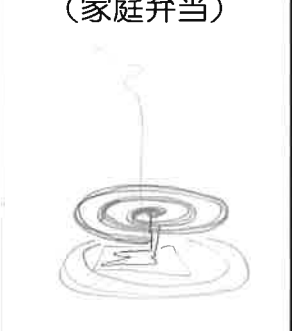
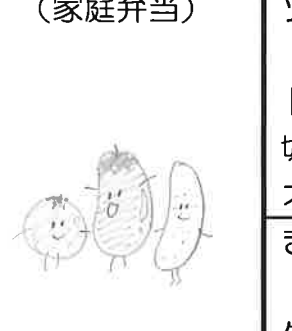


8月のメニュー

2024年

認定こども園 ひろせ保育園

	月	火	水	木	金	土	
昼食	おやつ	毎日暑い日が続きます。 夏は暑いので冷たい食べ物や飲み物をとる機会が増えます。 アイスcreamやかき氷、冷たい飲み物。たくさんとっていると胃腸が冷えてしまいおなかが痛くなってしまう、下痢も、したりしてしまいます。 冷たい食べ物や飲み物のとり過ぎには、注意しましょう。(金芽米を使用しています)	8/23, 24は地蔵盆です。 子どもたちの成長をいつも見守っているお地蔵さんに感謝の気持ちを含めておたふごをお供えは、おうちでも子どもたちと一緒に作ってみてください。	1. ジャージャーうどん ゴーヤのツナサラダ トマト キャベツと ワカメのみそ汁 パイナップル チーズボール お茶	2. 麦ごはん あじの香り焼き こまつなの ドレッシングあえ ひとくちかぼちゃ もやしのみそ汁 オレンジ そうめんチャンプル お茶	3. 三色そばろ丼 きゅうりと人参の 塩昆布あえ チーズ/食べるいりこ バナナ 牛乳	
		5. 鶏肉のレモンソース キャベツの ゆかりあえ トマト 豆腐とワカメの みそ汁 オレンジ	6. 鮭の南蛮漬け 粉ふきいも スティックきゅうり 豆乳みそ汁 パイナップル	7. セタそうめん☆ 鶏肉の マーマレード焼き キャベツのごまあえ ブロッコリー スイカ☆	8. かぼちゃの ミートグラタン ひじきとツナの マリネ トマト 五目スープ	9. 雑穀ごはん さばのカレー煮 スパサラダ ひとくちかぼちゃ なすとあげのみそ汁 ぶどう	10. ハヤシライス バイクドポテト 食べるいりこ
昼食	おやつ	じゃこトースト 牛乳	抹茶ケーキ 牛乳	セタキラキラゼリー ☆ お茶☆	フルーツヨーグルト お茶	コーンチーズ 蒸しパン 牛乳	バナナ 牛乳
		12. 振替休日 	13. 希望保育 (家庭弁当) 	14. 希望保育 (家庭弁当) 	15. 希望保育 (家庭弁当) 	16. 発芽玄米 鮭のケチャップ焼き ツナとオクラの あえ物 トマト 切干大根のみそ汁 オレンジ きなこトースト 牛乳	17. 豚みそ丼 こまつなのごまあえ チーズ/食べるいりこ バナナ 牛乳
昼食	おやつ	19. 冷しゃぶ かぼちゃの土佐煮 ブロッコリー 豆腐となめこの みそ汁 グレープフルーツ	20. あじのパン粉焼き キャベツのサラダ トマト ワカメスープ オレンジ	21. お楽しみ バイキング 	22. チャプチェ 切干大根の ごま酢あえ こまつなの あさりのすまし汁 バナナ 昆布おにぎり お茶	23. 麦ごはん さばのさっぱり焼き キャベツの磯あえ ひとくちかぼちゃ にゅうめん汁 オレンジ 地蔵盆だんご 牛乳	24. チキンカレー 蒸し野菜の オーロラあえ 食べるいりこ バナナ 牛乳
		26. 松風焼き ひじきの煮物 こまつな かぼちゃのみそ汁 ぶどう	27. 赤魚の磯辺揚げ 春雨とワカメの 酢の物 トマト 野菜たっぷりみそ汁 グレープフルーツ	28. シュウマイ キャベツのナムル ブロッコリー けんちん汁 バナナ	29. ツナごはん バーベキューチキン 刻み昆布と トマトのサラダ ひとくちかぼちゃ 豆腐とワカメの みそ汁 フルーツポンチ お茶	30. 雑穀ごはん あじのムニエル マカロニ ポテトサラダ ブロッコリー キャベツのスープ オレンジ 焼きそば 牛乳	31. 鶏野菜丼 ブロッコリーと コーンのサラダ チーズ/食べるいりこ バナナ 牛乳
おやつ	チーズいももち 牛乳	豆乳クリームパン 牛乳	マカロニきなこ 牛乳	フルーツポンチ お茶	焼きそば 牛乳	バナナ 牛乳	

8月の離乳食メニュー（8/1～8/17）

2024年

認定こども園 ひろせ保育園

月			火	水	木	金	土
5 ～ 8 ヶ月頃	補食	夏野菜を食べましょう 夏が旬の ヒーマン、トマト、きゅうり、なす、かぼちゃ、オクラ、ズッキーニ などの夏野菜には水分がたくさん含まれています。汗もかいて体の水分も失いがちな夏には夏野菜がピッタリです。 旬の野菜はおいしくて栄養価が"高い"のが特徴です。 夏は旬の野菜が多いので離乳食にもたくさん取り入れてみて下さい。			1. フルーツ	2. フルーツ	3. フルーツ
	昼食				全がゆ～10倍がゆ たまねぎ、トマト、キャベツ ささ身 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、キャベツ、かぼちゃ 白身魚 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、キャベツ、きゅうり、ほうれんそう 豆腐 だし（昆布）
	おやつ				おかゆ ミルク	おかゆ ミルク	バナナ ミルク
9 ～ 11 ヶ月頃	補食				1. フルーツ	2. フルーツ	3. フルーツ
	昼食				全がゆ～軟飯 たまねぎ、トマト、キャベツ ささ身 肉みそうどん キャベツのみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、キャベツ、かぼちゃ 白身魚 こまつなのあえ物 もやしのみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、キャベツ、きゅうり、ほうれんそう 豆腐 三色そぼろ丼 きゅうりの塩昆布あえ
	おやつ				おにぎり ミルク	おにぎり ミルク	バナナ ミルク
5 ～ 8 ヶ月頃	補食	5. フルーツ	6. フルーツ	7. フルーツ	8. フルーツ	9. フルーツ	10. フルーツ
	昼食	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、キャベツ、トマト 豆腐 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、じゃがいも、大根 しらす だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、キャベツ、きゅうり、ブロッコリー ささ身 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、キャベツ、トマト しらす だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ たまねぎ、キャベツ、きゅうり、かぼちゃ 白身魚 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、じゃがいも しらす だし（昆布）
	おやつ	食パン ミルク	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	バナナ ミルク	蒸しパン ミルク	バナナ ミルク
9 ～ 11 ヶ月頃	補食	5. フルーツ	6. フルーツ	7. フルーツ	8. フルーツ	9. フルーツ	10. フルーツ
	昼食	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、キャベツ、トマト 豆腐 キャベツのゆかりあえ 豆腐のみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、じゃがいも、大根 しらす 粉ふきいも 豆乳みそ汁	全がゆ～軟飯 人参、キャベツ、きゅうり、ブロッコリー ささ身 鶏肉のマーメレード焼き キャベツのごまあえ	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、キャベツ、トマト しらす ミートグラタン ひじきのマリネ 五目スープ	全がゆ～軟飯 たまねぎ、キャベツ、きゅうり、かぼちゃ 白身魚 スパサラダ なすのみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、じゃがいも しらす ベークドポテト 食べるいりこ
	おやつ	トースト ミルク	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	バナナヨーグルト ミルク	蒸しパン ミルク	バナナ ミルク
5 ～ 8 ヶ月頃	補食	12. 振替休日	13. 希望保育	14. 希望保育	15. 希望保育	16. フルーツ	17. 希望保育
	昼食					全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、トマト 白身魚 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、こまつな しらす だし（昆布）
	おやつ					食パン ミルク	バナナ ミルク
9 ～ 11 ヶ月頃	補食					16. フルーツ	17. フルーツ
	昼食					全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、トマト 白身魚 ツナとオクラのあえ物 切干大根のみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、こまつな しらす 豚みそ丼 こまつなのごまあえ 食べるいりこ
	おやつ					トースト ミルク	バナナ ミルク

8月の離乳食メニュー(8/19～8/31)

2024年

認定こども園 ひろせ保育園

		月	火	水	木	金	土
5 ～ 8 ヶ月頃	補食	19. フルーツ	20. フルーツ	21. フルーツ	22. フルーツ	23. フルーツ	24. フルーツ
	昼食	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、 ブロッコリー 豆腐 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 トマト 白身魚 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 ほうれんそう ささ身 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 きゅうり、 こまつな しらす だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 かぼちゃ 白身魚 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 ブロッコリー しらす だし(昆布)
	おやつ	おかゆ ミルク	蒸しパン ミルク	ホットケーキ ミルク	おかゆ ミルク	おかゆ ミルク	バナナ ミルク
9 ～ 11 ヶ月頃	昼食	19. 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、 ブロッコリー 豆腐 冷しゃぶ かぼちゃの土佐煮 豆腐となめこのみそ汁	20. 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 トマト 白身魚 キャベツのサラダ ワカメスープ	21. 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 ほうれんそう ささ身 ハンバーグ コールスローサラダ 五目スープ	22. 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 きゅうり、 こまつな しらす チャプチェ 切干大根のあえ物 あさりのすまし汁	23. 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 かぼちゃ 白身魚 キャベツの磯あえ にゅうめん汁	24. 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 ブロッコリー しらす チキンカレー 蒸し野菜のオーロラあえ 食べるいりこ
	おやつ	おにぎり ミルク	蒸しパン ミルク	ホットケーキ ミルク	おにぎり ミルク	おにぎり ミルク	バナナ ミルク
5 ～ 8 ヶ月頃	補食	26. フルーツ	27. フルーツ	28. フルーツ	29. フルーツ	30. フルーツ	31. フルーツ
	昼食	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 こまつな、 かぼちゃ ささ身 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 大根、 トマト しらす だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー ささ身 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ たまねぎ、トマト、 きゅうり、 かぼちゃ 豆腐 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 ブロッコリー、 じゃがいも 白身魚 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 ブロッコリー しらす だし(昆布)
	おやつ	ふかしいも ミルク	食パン ミルク	マカロニみたらし ミルク	バナナ ミルク	キャベツがゆ ミルク	バナナ ミルク
9 ～ 11 ヶ月頃	昼食	26. 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 こまつな、 かぼちゃ ささ身 松風焼き ひじきの煮物 かぼちゃのみそ汁	27. 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 大根、 トマト しらす 春雨の酢の物 野菜たっぷりみそ汁	28. 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー ささ身 シュウマイ キャベツのナムル けんちん汁	29. 全がゆ～軟飯 たまねぎ、トマト、 きゅうり、 かぼちゃ 豆腐 バーベキューチキン 刻み昆布のサラダ 豆腐のみそ汁	30. 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 ブロッコリー、 じゃがいも 白身魚 マカロニポテトサラダ キャベツのスープ	31. 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 ブロッコリー しらす 鶏野菜丼 ブロッコリーのサラダ 食べるいりこ
	おやつ	ふかしいも ミルク	トースト ミルク	マカロニみたらし ミルク	バナナ ミルク	キャベツがゆ ミルク	バナナ ミルク