

令和 6年 8月



## 献立予定表



双葉保育園

| 日  | 曜 | 未 満 児   |        | 共 通                                                                                                                             |  | 未 満 児 |           | 共 通                          |  |
|----|---|---------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------|-----------|------------------------------|--|
|    |   | 10時おやつ  | 主 食    | 献 立 名                                                                                                                           |  | 追 加 食 |           | 3時おやつ                        |  |
| 1  | 木 | 温野菜     | 白ごはん   | 赤魚のフライ ツナサラダ 南瓜の冷製スープ オレンジ                                                                                                      |  |       | トマト       | お茶<br>カルピスゼリー                |  |
| 2  | 金 | バナナ     | 白ごはん   | 麻婆茄子 ナムル スイカ                                                                                                                    |  |       | 鶏肉のカレー粉焼き | スキムミルク<br>せんべい               |  |
| 3  | 土 | 牛乳      | 白ごはん   | 焼きビーフン フレンチサラダ 人参とえのきのスープ<br>バナナ                                                                                                |  |       | れんこんのお焼き  |                              |  |
| 4  | 日 |         |        |                                                                                                                                 |  |       |           |                              |  |
| 5  | 月 | バナナ     | ごまごはん  | スパニッシュオムレツ 胡瓜の昆布和え わかめスープ<br>スイカ                                                                                                |  |       | 里芋の甘煮     | お茶<br>アイスクリーム                |  |
| 6  | 火 | 牛乳      | 白ごはん   | 豆腐ハンバーグ ほうれん草のお浸し 麩の味噌汁 みかん                                                                                                     |  |       | 胡瓜の酢づけ    | スキムミルク<br>アスパラガス             |  |
| 7  | 水 | 牛乳      | 白ごはん   | のっぺい汁 わかめの和え物 あさりバター バナナ                                                                                                        |  |       | 空也蒸し      | お茶<br>フルーツポンチ                |  |
| 8  | 木 | 温野菜     | 白ごはん   | 鮭の西京焼き 春雨ソテー オクラの清汁 オレンジ                                                                                                        |  |       | チキンボール    | スキムミルク<br>ラスク                |  |
| 9  | 金 | バナナ     | わかめごはん | 青菜のチャンプルー はんぺんフライ 大根の味噌汁 スイカ                                                                                                    |  |       | ジャーマンポテト  | お茶<br>りんごゼリー                 |  |
| 10 | 土 | 牛乳      | 白ごはん   | きつねうどん のり酢和え バナナ                                                                                                                |  |       | 卵焼き       |                              |  |
| 11 | 日 | 山 の 日   |        |                                                                                                                                 |  |       |           |                              |  |
| 12 | 月 | 振 替 休 日 |        |                                                                                                                                 |  |       |           |                              |  |
| 13 | 火 | 牛乳      | 白ごはん   | ナポリタンスパゲティ いりこの佃煮 キャベツの清汁<br>オレンジ                                                                                               |  |       | 南瓜バター     | 牛乳<br>せんべい                   |  |
| 14 | 水 | 牛乳      | 白ごはん   | チキンカレー マカロニサラダ キウイフルーツ                                                                                                          |  |       | 冷奴        | 牛乳<br>丸ぼうろ                   |  |
| 15 | 木 | 牛乳      | 白ごはん   | そうめん わかめの酢の物 バナナ                                                                                                                |  |       | チーズキャンディ  | 牛乳<br>クッキー                   |  |
| 16 | 金 | バナナ     | ゆかりごはん | ミルク中華スープ ナムル みかん                                                                                                                |  |       | 小倉煮       | 牛乳<br>カスタードケーキ               |  |
| 17 | 土 | 牛乳      | 白ごはん   | 皿うどん 南瓜の甘煮 もやしの清汁 バナナ                                                                                                           |  |       | ブロッコリー    |                              |  |
| 18 | 日 |         |        |                                                                                                                                 |  |       |           |                              |  |
| 19 | 月 | バナナ     | 白ごはん   | 卵のミートソースかけ 海藻サラダ 厚揚げのみそ汁 スイカ                                                                                                    |  |       | きびなごの煮付け  | お茶<br>冷やしぜんざい                |  |
| 20 | 火 | 牛乳      | 白ごはん   |  竹輪の磯辺揚げ 鶏肉の照り焼き 納豆和え<br>ミニトマト 玉葱の清汁 バナナ みかん |  |       | いとこ煮      | ココアミルク<br>マリービスケット           |  |
| 21 | 水 | 牛乳      | 白ごはん   | ビーフシチュー コールスロー キウイフルーツ                                                                                                          |  |       | 厚揚げ煮      | お茶<br>ゆでとうもろこし               |  |
| 22 | 木 | 温野菜     | かしわごはん |  鮭のポテトグラタン わかめと胡瓜の酢の物<br>カラフルスープ オレンジ        |  |       | 大根のお焼き    | スキムミルク パームクーヘン<br>誕生ケーキ（以上児） |  |
| 23 | 金 | バナナ     | 白ごはん   | 中華風冷奴 青菜のごま和え じゃが芋の味噌汁 スイカ                                                                                                      |  |       | ウインナー     | 牛乳<br>ピザトースト                 |  |
| 24 | 土 | 牛乳      | 白ごはん   | 五目そうめん トマトサラダ バナナ                                                                                                               |  |       | 鶏肉の甘煮     |                              |  |
| 25 | 日 |         |        |                                                                                                                                 |  |       |           |                              |  |
| 26 | 月 | バナナ     | 白ごはん   | 千草焼き 中華和え コンソメスープ オレンジ                                                                                                          |  |       | ポテトチーズ焼き  | スキムミルク<br>ドーナツ               |  |
| 27 | 火 | 牛乳      | 白ごはん   | 鰯の照り焼き ツナとひじきのマヨネーズ和え<br>人参ともやしの味噌汁 スイカ                                                                                         |  |       | 大根の甘煮     | お茶<br>アイスクリーム                |  |
| 28 | 水 | 牛乳      | 白ごはん   | だぶ 野菜のじゃこ和え バナナ                                                                                                                 |  |       | しゅうまい     | スキムミルク<br>ビスケット              |  |
| 29 | 木 | 温野菜     | 白ごはん   | 鶏肉の葱塩焼き 野菜ソテー わかめの清汁 なし                                                                                                         |  |       | 卵豆腐       | お茶<br>牛乳寒天                   |  |
| 30 | 金 | バナナ     | ピースごはん | 赤魚の煮付け スパゲティサラダ じゃが芋の冷製スープ<br>オレンジ                                                                                              |  |       | 串さし       | スキムミルク<br>セブーレ               |  |
| 31 | 土 | 牛乳      | 白ごはん   | 冷やし中華 さつま芋のグラッセ りんご                                                                                                             |  |       | すり身フライ    |                              |  |

 バイキング

 誕生会

※ 21日 4歳児：クッキング（とうもろこしの皮むき）  
※ 23日 青組：クッキング（ピザトースト作り）

【今月の栄養平均】  
未満児：483kcal（主食含む） 以上児：428kcal

※🍴🍴 バイキング ※🎂 誕生会 ※21日 4歳児：クッキング（とうもろこしの皮むき）  
※23日 青組：クッキング（ピザトースト作り）

【今月の栄養平均】  
未満児：483kcal（主食含む）以上児：428kcal

## お盆について



お盆は日本に古くから伝わる先祖を供養する習慣です。地域によって内容や期間、過ごし方は異なります。

8月13から15日・16日をお盆とすることが多いですが、7月13～15日・16日の地域もあります。

お盆期間は農作物や商いを休み、先祖を思いごちそうを囲む習慣があります。ごちそうは野菜・豆・海藻・果物などを使った精進料理が多く、野菜の天ぷら、そうめんやうどんなどの麺類、団子など、地域や家庭に伝わる様々な料理です。団子や麺類には作物の収穫に感謝する意味もあると言われています。

