

給食だより 8月

最近はお暑さが少しおちついている様に見える。

とれど子ども達は毎日汗かくて元気に遊んでいます。

この時期は汗をかきやすく寝ている間に体の水分は失われるので、2022.8.1. 幌北中里かき保育園 水分補給が大切になります。

	主食	副食	午後のおやつ
1月	ごはん	お汁(和野菜・玉ネギ) ホウレンソウの炒め煮	トナリ のりせんべい 煮干し
2火	パン	お汁(魚のマグロ・スズキ) カリフラワー	フルーツ 五平もち 果物
3水	ごはん	お汁(白菜・油あげ) 豆の揚げ煮	フルーツ フルーツポンチ 果物
4木	中華ごはん	お汁(ササギ・玉ネギ) チンゲン菜の炒め煮	フルーツ フルーツポンチ 果物
5金	冷麺	2020サケ	フルーツ フルーツポンチ 果物
6土	冷麺	かぼちゃの煮物 甘酢大根	フルーツ フルーツポンチ 果物
8月	ごはん	お汁(豆腐・大根) 豚肉の生姜焼き	フルーツ フルーツポンチ 果物
9火	パン	フルーツ フルーツポンチ	フルーツ フルーツポンチ 果物
10水	ごはん	お汁(油揚げ・玉ネギ) 豆腐の五目揚げ	フルーツ フルーツポンチ 果物
12金	冷麺	里芋の煮物 甘酢大根	フルーツ フルーツポンチ 果物
13土	五目冷麺	同じかき	フルーツ フルーツポンチ 果物
15月	カレー	中華の味噌煮	フルーツ フルーツポンチ 果物
16火	ごはん	お汁(ササギ・玉ネギ) 火炙り魚(ホウキ)	フルーツ フルーツポンチ 果物
17水	とろろごはん	お汁(豆腐・水菜) 魚の竜田揚げ	フルーツ フルーツポンチ 果物
18木	冷麺	冷麺	フルーツ フルーツポンチ 果物
19金	パン	かぼちゃの煮物 チンゲン菜	フルーツ フルーツポンチ 果物
20土	冷麺	かぼちゃの煮物 甘酢大根	フルーツ フルーツポンチ 果物
22月	カレー	お汁(ササギ・厚揚げ) チンゲン菜	フルーツ フルーツポンチ 果物
23火	パン	お汁(大根・しんじょう) マーボー豆腐	フルーツ フルーツポンチ 果物
24水	ごはん	お汁(大根・しんじょう) マーボー豆腐	フルーツ フルーツポンチ 果物
25木	ごはん	お汁(ササギ・ワカメ) 魚の照り焼き	フルーツ フルーツポンチ 果物
26金	野菜カレー	干草煮	フルーツ フルーツポンチ 果物
27土	冷麺	大根の煮物 甘酢大根	フルーツ フルーツポンチ 果物
29月	ごはん	お汁(豆腐・玉ネギ) ホウレンソウの炒め煮	フルーツ フルーツポンチ 果物
30火	パン	フルーツ フルーツポンチ	フルーツ フルーツポンチ 果物
31水	とろろごはん	お汁(白菜・玉ネギ) 揚げ豆腐	フルーツ フルーツポンチ 果物

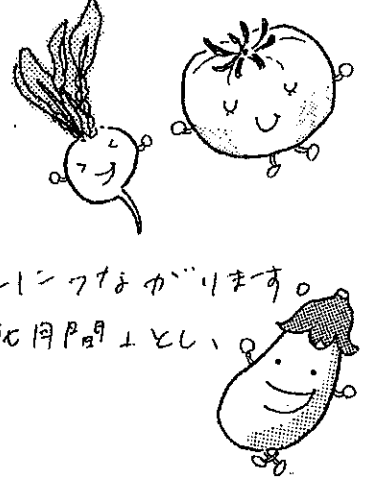


8月の予定

- * (17日(水))
- * 8月のお誕生会
- * *

12日(金)
13日(土)
15日(月)
お休みの日です!
ご協力をお願いします。

地産地消を目的としてプラント野菜「とろろ」とかき(ほうちん草、玉ネギ、シタマシ)も生産されています!



8月は「野菜摂取強化月間」です!!

野菜を摂取することは生活習慣病などを予防し、健康な生活を維持することにつながります。札幌市では、もっと野菜を食べる習慣をもちてもらうために毎年8月を「野菜摂取強化月間」とし、もっと野菜を食ってもらうために毎月1日を「野菜の日」としています。

