

~もりのキッチン~

令和7年度 8月号 社会福祉法人中央福祉会 げんきな森中央保育園

				1.				^		ı	
月		火		水		木		金		土	
*		*		*		*		1		2	
								高野豆腐のオランダ煮		牛丼	
								海藻サラダ		切干大根の煮物	
								コンソメスープ		味噌汁	
		10		, T				果物		果物	
								9時	クラッカー	9時	せんべい
								3時	やせうま	3時	パン
4		5	手作りふりかけ	6	煮豆	7		8		9	
豆腐の五目炒め		魚の塩麴炒	尭き・トマト	チーズ入り	オムレツ	レバー入り	ハンバーグ	まさご揚げ	・トイト	親子丼	
キャベツの中華風サラダ		ベーコンと野菜のソテー		切昆布の当座煮		キャベツのゆかり和え		夏野菜と鮭の和え物		ごぼうの金平	
味噌汁		すまし汁		味噌汁		コンソメスープ		味噌汁		すまし汁	
果物		果物		果物		果物・オクラ		果物		果物	
9時	ボーロ	9時	果物	9時	あられ	9時	えびせん	9時	かりんとう	9時	ビスケット
3時	ミニピザ	3時	ソーセージケーキ	3時	ストーンクッキー	3時	じゃこトースト	3時	ヨーグルトムース	3時	カステラ
11		12	手作りふりかけ	13		14		15		16	
~~		魚のコーンマヨ焼き		中華丼		ナスとオクラのカレー		お弁当日		鶏飯	
		切干大根の酢の物		青菜のおかか和え		春雨サラダ		-		キャベツの塩昆布和え	
山の日		ワカメスープ		味噌汁		福神漬け				味噌汁	
		果物・塩胡瓜		果物		果物		Junio Ami Ameedina		果物	
9時		9時	あられ	9時	ウエハース	9時	クッキー	9時	せんべい	9時	クラッカー
3時		3時	チョコチップスコーン	3時	マカロニあべかわ	3時	わかめおにぎり	3時	カステラ	3時	パン
18		19	煮豆	20	手作りふりかけ	21		22		23	
蒸し鶏の甘辛ソースかけ		魚のおろし煮		豆腐のケチャップ煮		魚の西京焼き		親子ワークショップ		ビビンバ	
小松菜とえのきの胡麻和え		ひじきの華風サラダ		刻み昆布とツナの煮物		スパゲティサラダ				ロースト人参	
コンソメスープ		味噌汁		中華スープ		すまし汁				ワカメス一プ	
果物		果物		果物		果物		10 m		果物	
9時	ボーロ	9時	かりんとう	9時	せんべい	9時	クッキー	9時		9時	サブレ
3時	焼き大福	3時	マーラーカオ	3時	豆乳もち	3時	お麩ラスク	3時		3時	カステラ
25		26	手作りふりかけ	27	パン	28		29		30	
煮魚		中華冷しゃぶ		夏野菜たっぷりの豆乳スープ		レバーの味噌炒め		和風クリスピー・オクラ		ハヤシライス	
野菜の納豆和え		もやしのナムル		胡瓜と梅のサラダ		かみかみ和え		切干大根のサラダ		トマトと胡瓜のレモン和え	
コンソメス一プ		ワカメス一プ		枝豆・トマト		すまし汁		味噌汁		福神漬け	
果物		果物		果物		果物		果物		果物	
9時	ボーロ	9時	ウエハース	9時	えびせん	9時	クッキー	9時	サブレ	9時	ビスコ
3時	カルピスゼリー	3時	マフィン	3時	塩昆布おにぎり	3時	みたらしじゃが団子	3時	フレンチトースト	3時	パン



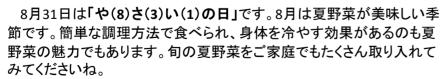












熱中症に

ならないために・・・ こまめな水分補給をしましょう



- ★主食はごはん・パンです。
- ★おやつ時の飲み物は牛乳です。
- ★甘辛いりこ・手作りふりかけ・煮豆で カルシウムを強化しています。
- ★献立は都合により変更することがあります。 ご了承ください。

~すいか~

夏の味覚を代表する食べ物で す。利尿作用があるので、食べ すぎには注意しましょう。

