

Table with 5 columns: 日/曜, 献立名, 材 料 名, おやつ 午後 午前, 栄 養 価. Rows include items like 1 火 1 火, 2 水, 3 木, 4 金, 5 土, 7 月, 8 火, 9 水, 10 木, 12 土, 14 月, 15 火, 16 水, 17 木, 18 金.

Table with 5 columns: 日/曜, 献立名, 材 料 名, おやつ 午後 午前, 栄 養 価. Rows include items like 19 土, 21 月, 22 火, 23 水, 24 木, 25 金, 26 土, 28 月, 29 火, 30 水, 31 木. Includes a summary row for 月平均栄養価 and エネルギー.

(★印はアレルギー除去対象食品です) 月平均栄養価 エネルギー 566 kcal 脂 質 19.4 g

給食だより 8月31日は「野菜の日」 今日は何の日? 旬の食材 スズキ 成長とともに名前が変わる出世魚で、4年以上になると「スズキ」と呼ばれます。

令和5年 8月分 3歳未満児献立表

かすみ台第三保育園

Table with columns: 日/曜, 献立名, 材 料, おやつ 午後 午前, 栄 養 価. Rows include items like 1 火 豚汁(防災備蓄), 2 水 とうもろこしご飯, 3 木 メロンパン, 4 金 わかめごはん, 5 土 みそなす豚丼, 7 月 ご飯, 8 火 ジャーチャー麺, 9 水 納豆ご飯, 10 木 ベーグル, 12 土 豚の甘酢丼, 14 月 枝豆ご飯, 15 火 親子丼, 16 水 夏野菜カレー, 17 木 肉うどん, 18 金 きびご飯.

令和5年 8月分 3歳未満児献立表

かすみ台第三保育園

Table with columns: 日/曜, 献立名, 材 料, おやつ 午後 午前, 栄 養 価. Rows include items like 19 土 スバゲティナーポリタン, 21 月 牛乳パン, 22 火 かやくご飯, 23 水 ミートナスバゲティ, 24 木 ご飯, 25 金 五穀米ご飯, 26 土 豚こま和風あんかけ丼, 28 月 ふりかけご飯, 29 火 冷やしうどん, 30 水 サンドイッチ, 31 木 きんぎょめし.

(★印はアレルギー除去対象食品です)



給食 だより

旬の食材

パプリカ

ピーマンの一種ですが大型で肉厚、赤・オレンジ・黄色とカラフルな色合いです。苦みはほとんどなく、表面を火であぶって皮をむくと、甘みと香りが増します。サラダやピクルスのほか揚げものや煮込み料理にしてもおいしく食べられます。

旬の食材

枝豆

未成熟な大豆を収穫したもので、完熟すると大豆になります。塩ゆでしてそのまま食べてもおいしいですが、枝豆ご飯やかき揚げなどにすると一味違った楽しみ方ができます。豆類は誤嚥(ごえん)しやすいので、よく噛んで注意して食べましょう。(今月の枝豆ご飯は細かくして混ぜ込みます)



月平均栄養価 table with columns: エネルギー, 脂 質, 510 kcal, 17.8 g.

今月の地場農産物: たまご・かぼちゃ・なす・きゅうり・ぶるべりー