



のきゅうしょくこんだて



令和7年 8月1日 六合保育園

月	火	水	木	金	土
				1 煮魚 ひじき煮 味噌汁（切干大根） オレンジ寒天	2 炒り豆腐 のり鶏サラダ おやつカステラ
4 豆腐の中華煮 ひじきサラダ 果物（スイカ） 牛乳・ピザトースト	5 魚のカレーミニエル マセドアンサラダ 汁ピーマン 牛乳・大学芋	6 チーズミートなす 鉄分たっぷりサラダ ジュリエヌスープ ミルク餅	7 スープパゲッティ 南瓜サラダ ふりかけ 鶏そぼろおにぎり	8 白身魚のフライ 胡瓜とわかめの酢の物 味噌汁（厚揚げ） 牛乳・バナナ	9 ポトフ 和風サラダ 小豆なクラッカー
11<山の日> 山の日 	12 天ぷら（南瓜・さつま芋） そうめん汁 ゴマ納豆 牛乳・レモントースト	13 親子煮 ツナサラダ 果物（オレンジ） フルーチェ	14 麻婆茄子 バンサンスー ミレービスケット	15<お弁当の日>  畑のクラッカー	16 ハヤシライス ミックスフルーツ 野菜スティック
18 とり天 ピーマンサラダ 味噌汁（豆腐） 牛乳・あべかわマカロニ	19 つみ入れ汁 切干煮 栄養納豆 牛乳・バナナ	20 春巻き もやしのナムル 酸辣湯（サンラータン） 牛乳・ジャムサンドクラッカー	21 親子うどん カリカリしらすのサラダ 佃煮 鮭おにぎり	22 魚ロッケ ひじきの酢の物 春雨スープ 牛乳・味噌マドレーヌ	23 肉じゃが 味噌汁（玉葱） 紫いもチップ
25 BBQ チキン ひじきマヨサラダ ミネストローネ 牛乳・焼き芋	26 魚の胡麻味噌焼き 中華サラダ もずく汁 水ようかん	27 鶏肉と大豆の煮物 味噌汁（冬瓜） 果物（オレンジ） 牛乳・コーンフレーク	28 ちゃんぽん ポテトサラダ 豚そぼろ ゆかりおにぎり	29 鯖の味噌煮 ハリハリなます すまし汁（わかめ） カルピス寒天	30 夏野菜カレー ゴマサラダ ビスケット

 **スポーツ飲料 経口補水液**
飲みすぎに注意！

夏はこまめな水分補給が大切ですが、スポーツ飲料や経口補水液のとりすぎには要注意。必要な状況を見極めて飲むようにしましょう。

スポーツ飲料



激しい運動の後や、脱水症状が起こる前の水分補給に。糖分が多めなので、飲みすぎは糖分のとりすぎになります。

経口補水液



発熱や下痢、おう吐などで脱水症状のときに。電解質（イオン）濃度が高く、塩分も多いので、体内状態がよいときは、必要ありません。

※材料購入の都合上、献立を変更する可能性があります。予めご了承ください。

新メニュー

- 5日 魚のカレーミニエル
- 12日 天ぷら（南瓜・さつま芋）・レモントースト
- 18日 とり天
- 20日 春巻き・酸辣湯（サンラータン）

暑い日が続くので、酢やスパイスを使ったメニューを中心に取り入れました(^_^)



5月に植えていた夏野菜は、収穫を迎えています。
8月4日（月）ゆりぐみでは、収穫した夏野菜を使ってピザ作りをし、おやつにいただきます。
お楽しみに♡
（ゆりぐみ以外のお友だちは、ピザトーストになっています。）

おしらせ

8/15（金）は、お弁当の日となっております。
ご迷惑をおかけしますが、登園される方はお弁当の準備をお願いします。