



# 8月献立表



まつり月

長井めぐみ幼稚園

月	火	水	木	金
<div style="display: flex; justify-content: space-between;">  <div style="text-align: center;"> <p>夏本番です。しっかり食べて、たっぷり睡眠をとり、水分補給をしていれば夏バテはしません。 夏祭りやレジャーなど、イベントが盛りだくさんの季節です。夜更かしなどしないよう、体調管理に気を付けましょう。</p> </div>  </div>				
18	19	20	21	22
<p>始業式</p> <p>☺ ムーンライトクッキー おしどり牛乳</p>	<p>おかず弁当</p> <p>☺ ココナッツサブレ</p>	<p>めぐみ畑のハヤシライス しらすサラダ バナナ 牛乳 ☺ ももゼリー</p>	<p>たち魚の蒲焼風 胡瓜とツナのサラダ 夕顔の味噌汁 牛乳 ☺ ばかうけ青のり 麦茶</p>	<p>お誕生会</p> <p>鶏肉のレモン漬け焼 五色春雨サラダ ☆ 枝豆の呉汁 麦茶 ☺ メロンのロールケーキ おしどり牛乳</p>
25	26	27	28	29
<p>あじのさっぱり焼 胡瓜のバンバンジー めぐみ畑の味噌汁 牛乳 ☺ シュガーパン 麦茶</p>	<p>おかず弁当</p> <p>☺ 古代米せんべい</p>	<p>午前保育日</p> <p>☺ 杏仁豆腐</p>	<p>夏野菜入り麻婆豆腐 えびシュウマイ オレンジ 牛乳 ☺ 手作り青しそおにぎり 麦茶</p>	<p>かんぱちのカツ ブロッコリーのサラダ モロヘイヤのかき玉汁 麦茶 ☺ レモンパイ おしどり牛乳</p>

仕入れ等の都合により、献立が変更になる場合があります。



・・・スプーンも持たせてください。



・・・おやつです。



・・・旬の食材を使ったメニューです。



・・・お誕生会ごちそうです。



## ★朝ごはんをしっかり食べて夏バテを吹き飛ばそう★

◎朝ごはんは必ず食べましょう。

◎早寝・早起きで、毎日の生活リズムをつくりましょう。

◎冷たい物の食べ過ぎ・飲み過ぎには気を付けましょう。

◎水分補給をしながら、元気いっぱい体を動かして遊びましょう。