

2019年 8月

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	木	ゆし豆腐	米 片栗粉	人参 大根
2	金	絹ごし豆腐	米	人参 玉葱
3	土	ゆし	米 さつまいも	キャベツ 玉葱
4	日			
5	月	赤魚 きな粉	米	トマト 人参
6	火	絹ごし豆腐	米	人参 胡瓜
7	水	絹ごし豆腐	米 ジャガイモ	キャベツ
8	木	柿	米	人参 パナナ
9	金	絹ごし豆腐	米	人参
10	土	絹ごし豆腐	米	人参 キャベツ 小松菜
11	日			
12	月		米	
13	火	赤魚	米	キャベツ 小松菜
14	水	赤魚	米	胡瓜
15	木		米	
16	金	絹ごし豆腐	米 片栗粉	胡瓜 キャベツ
17	土	絹ごし豆腐	米	玉葱 パナナ
18	日			
19	月	赤魚	米 ジャガイモ	トマト
20	火	赤魚	米	リンゴ りんご
21	水	赤魚	米 ジャガイモ	人参
22	木	赤魚	米	玉葱
23	金	絹ごし豆腐 ゆし	米	トマト
24	土	赤魚	米 ジャガイモ	玉葱
25	日			
26	月	絹ごし豆腐	米	人参 胡瓜
27	火	絹ごし豆腐	米	バナナ
28	水	赤魚	米 片栗粉	人参 玉葱
29	木	絹ごし豆腐 きな粉	米	胡瓜 人参
30	金	リンゴ	米	キャベツ 胡瓜
31	土	絹ごし豆腐	米	小松菜 パナナ

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月例に応じて食材、調理形態を変更することがあります。