



2023年8月 献立表 (乳児食)

社会福祉法人 都島友の会  
都島友乳児保育センター  
幼保連携型認定こども園 友湖児童センター分園

Table with columns: 日曜日, 献立名 (昼食), おやつ (3時), 延長 (6時), 黄 色 (熱や力になる エネルギー源), 赤 色 (血や肉になる たんぱく質源), 緑 色 (体の調子をよくする ビタミン・ミネラル源), and 栄養価 (E100, E150, E200, E250). Rows include meals like シューシー, ゴーヤ入り豆腐チャンプルー, アマランサスご飯, etc.

7月に引き続き、夏野菜が登場しますが、夏が旬のめずらしい野菜、“ゴーヤ”“そうめんかぼちゃ”“とうがん”が登場します。もずくの酢の物やトマトの甘酢漬けといったさっぱりしたメニューもあります。そして今月は、豆腐チャンプルーやサーターアンダーギーなど沖縄料理を取り入れました。暑い季節を食事で楽しんでみてください。

