

8月

給食だより



	月	火	水	木	金	土
昼食				(1日) 鶏肉のさっぱり煮 そうめん瓜のサラダ スッキーニのすまし汁	(2日) 魚のタルタル焼き 夏野菜の酢の物 (保小中連携献立) かぼちゃ汁	(3日) チキンカレーライス
おやつ				ポン菓子・牛乳	きなこおむすび	お菓子
昼食	(5日) そうめん流し 白ご飯はいりません	(6日) 魚のムニエル コールスローサラダ すまし汁	(7日) カレーほうとう 鶏肉のマーマレード焼き トマトサラダ	(8日) 味噌焼肉 ゆで野菜サラダ 豆腐の味噌汁	(9日) 魚の竜田揚げ (保小中連携献立) 切り干し大根のサラダ 青菜汁	(10日) 麻婆豆腐丼 すまし汁
おやつ	ゆでとうもろこし	果物・牛乳	コーンおむすび	お菓子・牛乳	炊き込みおむすび	お菓子
昼食	(12日) 振替休日	(13日) おにぎり弁当の日 (おにぎり弁当と果物 をお願いします。)	(14日) お盆休み 	(15日)	(16日) 魚のケチャップ煮 春雨サラダ かぼちゃ汁	(17日) さばカレーライス 果物
おやつ		お菓子			ピザ・牛乳	お菓子
昼食	(19日) ピーマンの細きり炒め 和風サラダ すまし汁	(20日) 魚の塩焼き ビーフンサラダ 夏野菜豚汁	(21日) お誕生日会 	(22日) 高野豆腐の煮物 そうめん瓜の酢の物 すまし汁	(23日) 魚の南蛮漬け かぼちゃサラダ スッキーニの味噌汁	(24日) 三色丼 わかめスープ
おやつ	鮭おむすび	果物・牛乳	誕生日ケーキ	みたらし団子・牛乳	チーズおむすび	お菓子
昼食	(26日) 鶏肉の甘辛煮 ひじきと大豆のサラダ トマト味噌汁	(27日) 魚のパン粉焼き 野菜のおかか和え じゃが玉汁	(28日) 磯うどん 豚肉と野菜のソテー きゅうりの酢の物	(29日) 野菜のかけ揚げ トマトサラダ すまし汁	(30日) 煮魚 野菜の梅和え 具たくさん味噌汁	(31日) 生姜焼き丼 豆腐の味噌汁
おやつ	わかめおむすび	果物・牛乳	たくあんおむすび	じゃが芋餅・牛乳	焼きおむすび	お菓子

8月の食育活動予定

・夏野菜収穫

・そうめん流し 8/5(月)

※この日は白ご飯はいりません

8月のおいしいお魚・生き物

もずく・まあい・いか・いさきなど
もずくはコレステロール値を下げたり、がん予防
免疫力アップの効果もありカルシウム・ミネラル
ビタミンも豊富に含まれています！酢の物や
お味噌汁にすると食べやすいです！



保育所内で栽培している夏野菜がたくさん獲れるようになりました！！
子どもたちはいつも自分が収穫したんよ！と言いながら喜んで食べてくれます！
野菜が獲れる前と比べて野菜に興味を持つ子が増えました！

7月の食育活動の様子

お誕生日
おめでとう!



うーん!



おかわり!!

