



真夏の日差しが園庭を照りつけ、もうしばらくは暑さとの付き合いが続きそうです。子どもたちは、暑さの中でも夢中になって遊ぶので、水分補給には十分に気を配りましょう。また、夏休みに遠出されるご家庭もあるかと思います。体調やけがに気を付け、楽しい夏休みをお過ごしください。

家庭でできる食中毒対策

この季節に気がかりなのが食中毒。子どもはまだ食中毒を引き起こす菌に対する抵抗力が十分ではないので、衛生管理には大人の注意が欠かせません。(1)買物をするときは、消費期限を確認する。(2)冷蔵庫でなまのものを保存するときは、ビニール袋などに入れ、他の物と区別する。(3)手洗いをしっかりと行い、調理器具もこまめに洗う。(4)加熱調理が必要な食品は、必ずひと煮立ちさせる。(5)残った食材や料理は、早く冷えるように小分けにして保存する。家庭でもちよつとした対策をすることで、防ぐことができます。ぜひ実践してみてください。

食事の手伝いが感謝の気持ちやマナーを育む

買い物、調理、盛りつけ、配膳などの準備から、食後の片づけや食器洗いなど、家族の食事に関わる手伝いをさせてみましょう。幼児期に大切な、「家族の一員である」という実感が得られるとともに、食事が整うまでの手間を知ることで、作ってくれる人の感謝の気持ちも育まれます。このような暮らし方が土台にあると、5歳頃には「楽しい食事」のための心配りができるようになります。それに伴い、自分の箸づかいや姿勢、会話といったマナーも客観的に見ることができ、直そうという心がけにもつながります。

【お知らせ】

- ☆8月13日・14日・15日は、お盆の為、お弁当・水筒持参となります。
- 午前・午後のおやつは提供いたします。
- ☆年長お泊まり保育☆
- お泊まり保育では食育でカレー作り、サンドイツ作りを行います。夕飯のカレーに入る野菜の皮をむいて切ったり、朝食ではサンドイッチを作ります♪
- 楽しいお泊まり保育になるといいです。



日付	献立名	材料名			おやつ (◎は10時おやつ、○は午後おやつ)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (土)	焼きうどん わかめスープ じゃがバター炒め・麦茶	ゆでうどん、じゃがいも、ごま油、砂糖、油、ごま	◎牛乳、豚肉、○脱脂粉乳、かつお節、バター	キャベツ、にんじん、しめじ、たまねぎ、コーン、ねぎ、ほうれんそう、わかめ、にんにく、あおのり	◎牛乳 ○ミルクココア ●たまご蒸しケーキ
3 (月)	おくら納豆ごはん・みそ汁 あじのから揚げ もずく酢 麦茶	米、じゃがいも、油、片栗粉、○グラニュー糖、砂糖	◎牛乳、あじ、○脱脂粉乳、挽きわり納豆、○ゆであずき、みそ、かにかまぼこ、○卵、かつお節	もずく、きゅうり、こまつな、オクラ、しめじ、葉ねぎ	◎牛乳 ○ミルクココア ○あんこパイ
4 (火)	ごはん・筑前煮 ブロッコリーとツナのサラダ 麦茶	○さつまいも、米、板こんにゃく、マヨネーズ、砂糖	◎牛乳、鶏肉、生揚げ、ツナ缶、○脱脂粉乳、卵	とうがん、ブロッコリー、にんじん、たけのこ、れんこん、いんげん、干しいたけ	◎牛乳 ○ミルクココア ○焼き芋
5 (水)	キーマカレーライス きのこのスープ マセドワーヌサラダ オレンジ・麦茶	米、じゃがいも、油、マヨネーズ、砂糖	◎牛乳、豚ひき肉、○脱脂粉乳	オレンジ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、○もも缶、トマトピューレ、○パン缶、○みかん缶、トマト、しめじ、えのき、しいたけ、ピーマン、ほうれんそう、にんにく、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ●かき氷
6 (木)	ごはん・みそ汁 豚しゃぶのごまサラダ ほうれん草ときのこのソテー 麦茶	米、じゃがいも、○コーンフレーク、○砂糖、ねりごま、ごま油	◎牛乳、○ヨーグルト、豚肉、○脱脂粉乳、みそ、油揚げ、バター	ほうれんそう、キャベツ、しめじ、きゅうり、赤ピーマン、にんじん、○ブルーベリー、コーン、葉ねぎ、ねぎ、しょうが、わかめ、○みかん缶	◎牛乳 ○ミルクココア ○ヨーグルトパフェ
7 (金)	ごはん・卵スープ 牛肉の細切り炒め じゃが芋のおかか和え 麦茶	米、じゃがいも、○白玉粉、○砂糖、片栗粉、○片栗粉、油	◎牛乳、牛肉、○絹ごし豆腐、卵、○脱脂粉乳、かつお節	たけのこ、ピーマン、オクラ、たまねぎ、しめじ、にんじん、にんにく	◎牛乳 ○ミルクココア ○みたらし団子
8 (土)	おにぎり 野菜ラーメン 炒り豆腐 麦茶	ゆで中華めん、米、黒ごま、砂糖、油	◎牛乳、木綿豆腐、豚肉、鶏肉、○脱脂粉乳	もやし、にんじん、にら、コーン、葉ねぎ、ひじき、干しいたけ	◎牛乳 ○ミルクココア ●ソフトクレープ
11 (火)	ごはん・トマトスープ 鮭のムニエル マカロニサラダ 麦茶	米、じゃがいも、マヨネーズ、マカロニ、小麦粉、オリーブ油、砂糖	◎牛乳、○牛乳、さけ、バター	トマト、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、コーン、いんげん、レモン果汁、にんにく	◎牛乳 ○牛乳 ●レモンケーキ
12 (水)	ごはん・みそ汁 ちくわのかレー揚げ 春雨サラダ 麦茶	米、○ロールパン、じゃがいも、マヨネーズ、はるさめ、油、小麦粉	◎牛乳、ちくわ、○脱脂粉乳、みそ、ハム、油揚げ、煮干し	キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、レモン果汁	◎牛乳 ○ミルクココア ●ロールケーキ

日付	献立名	材料名			おやつ (◎は10時おやつ、○は午後おやつ)	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
13 (木)	お盆の為、お弁当・水筒持参となります			◎牛乳 ●キングドーナツ		
14 (金)	お盆の為、お弁当・水筒持参となります			◎牛乳 ●クッキー		
15 (土)	お盆の為、お弁当・水筒持参となります			◎牛乳 ●マドレーヌ		
17 (月)	シーフードスパゲティー コーンスープ ゴーヤとツナのサラダ 麦茶	○さつまいも、スパゲティ、 ○砂糖、○油、マヨネーズ、 オリーブ油、○黒ごま	◎牛乳、エビ、いか、○脱脂粉乳、ツナ缶、あさり、 ベーコン、かつお節	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、しめじ、コーン、 ゴーヤ、赤ピーマン、レモン 果汁、にんにく	◎牛乳 ○ミルクココア ○大学芋	
18 (火)	豚みそ丼 はるさめスープ きゅうりのゆかりあえ 麦茶	米、はるさめ、油、砂糖、片栗粉	◎牛乳、○牛乳、豚肉、赤みそ	きゅうり、ほうれんそう、たまねぎ、こまつな、赤ピーマン、にんじん、ねぎ	◎牛乳 ○牛乳 ●クリームパン	
19 (水)	ごはん・あおさ汁 チキンカツ ゆで野菜と蒸しかぼちゃ 麦茶	米、○サンドイッチパン、パン粉、油、小麦粉	◎牛乳、鶏肉、絹ごし豆腐、○脱脂粉乳、○チーズ、卵、○ハム	キャベツ、かぼちゃ、にんじん	◎牛乳 ○ミルクココア ○ホットサンド	
20 (木)	ごはん・野菜スープ 鶏肉の照り焼き キャベツの中華和え 麦茶	米、砂糖、ごま油、ごま	◎牛乳、鶏肉、○牛乳、○脱脂粉乳、○ホイップクリーム、ベーコン	キャベツ、ブロッコリー、たまねぎ、黄ピーマン、にんじん、しめじ、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○チョコババロア	
21 (金)	ごはん・千切り野菜のスープ 白身魚の梅みそ焼き 小松菜の煮びたし 麦茶	米、○白玉粉、○ホットケーキ粉、○油、○グラニュー糖、砂糖、油	◎牛乳、かれい、○絹ごし豆腐、○ヨーグルト、○脱脂粉乳、油揚げ、○コンデンスマilk、みそ	こまつな、たまねぎ、キャベツ、にんじん、トマト、しめじ、ねぎ、セロリー、うめ干し、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○もちもちドーナツ	
22 (土)	ピビンバ丼 きのことレタスのスープ ブルーベリーヨーグルト 麦茶	米、○ロールパン、砂糖、 オリーブ油、油、ごま、ごま油	◎牛乳、ヨーグルト、牛肉、 ○脱脂粉乳、ベーコン	レタス、もやし、ほうれんそら、にんじん、しめじ、フルーツソース ブルーベリー、セロリー、ねぎ、にんにく、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ●ロールパン	
24 (月)	ごはん・みそ汁 肉野菜炒め物 きゅうりとわかめの酢の物 麦茶	米、○マカロニ、○砂糖、 油、○黒砂糖	◎牛乳、豚肉、卵、○脱脂粉乳、みそ、油揚げ、しらす干し、○きな粉	きゅうり、たまねぎ、にんじん、こまつな、大豆もやし、しめじ、わかめ、にんにく	◎牛乳 ○ミルクココア ○黒蜜きな粉マカロニ	
25 (火)	ごはん・すまし汁 鶏肉のゆかり揚げ ブロッコリーのごま酢あえ 麦茶	米、○メロン蒸しケーキ、 油、片栗粉、ごま、砂糖	◎牛乳、鶏肉、○脱脂粉乳、ちくわ	ブロッコリー、にんじん、えのきだけ、ねぎ、わかめ、 しょが	◎牛乳 ○ミルクココア ●メロン蒸しケーキ	
26 (水)	ごはん・みそ汁 タンドリーチキン ポテトサラダ 麦茶	米、じゃがいも、○食パン、 マヨネーズ、○油、○砂糖	◎牛乳、鶏肉、○脱脂粉乳、みそ、プレスハム、○ハム、○とろけるチーズ、ヨーグルト、煮干し	きゅうり、かぼちゃ、にんじん、もやし、○たまねぎ、 コーン、○コーン、○ピーマン、葉ねぎ、にんにく	◎牛乳 ○ミルクココア ○ピザトースト	
27 (木)	夏野菜のかき揚げ丼 鶏ささ身の吸い物 パイン 麦茶	米、○ホットケーキ粉、小麦粉、油、○グラニュー糖、片栗粉	◎牛乳、エビ、鶏ささ身、○脱脂粉乳、卵、○バター、○卵	パイン缶、たまねぎ、えだまめ、ピーマン、にんじん、にがうり、なす、みつば	◎牛乳 ○ミルクココア ○クッキー	
28 (金)	ごはん・すまし汁 回鍋肉 ごぼうとじゃが芋の甘辛揚げ 麦茶	米、じゃがいも、油、砂糖、 片栗粉、○砂糖、ごま	◎牛乳、豚肉、○生クリーム、○ヨーグルト、○脱脂粉乳、はんぺん、赤みそ	キャベツ、ごぼう、○みかん缶、○バナナ、ピーマン、にんじん、しいたけ、オクラ、みつば	◎牛乳 ○ミルクココア ○フルーツホイップ	
29 (土)	わかめおにぎり 炒めピーフン 中華スープ 麦茶	米、米粉めん、○クリームステイク、油、砂糖	◎牛乳、豚肉、○脱脂粉乳	たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、ピーマン、コーン、ねぎ	◎牛乳 ○ミルクココア ●クリームステイク	
31 (月)	ごはん・みそ汁 えびフライ 青菜とえのきの和え物 麦茶	米、○食パン、○砂糖、 油、マヨネーズ	○牛乳、○卵、○脱脂粉乳、みそ、油揚げ、かつお節、○牛乳	ほうれんそう、なす、えのきだけ、たまねぎ、○いちごジャム、にんじん、ねぎ、わかめ	◎牛乳 ○ミルクココア ○パンプディング	

*仕入れ等の都合により食材料や献立を変更させていただくことがあります。尚、旬の食材を積極的に使用しておりますので同じ食材の献立が続くことがあります。ご理解のうえ、ご了承ください。

*午前のおやつは、ちゅうりつ・たんぽぽ組のお友だちが対象で牛乳とせんべい等市販のおやつになります。午後のおやつ及び土曜日の給食は、2号・3号のお友だちが対象となります。

*午後のおやつの●は市販のおやつになります。