

8月食育だより

☺ おしぼりは乾いた状態で準備をしてください。
黒ずみ・黄ばみなど汚れが目立つものは新しいおしぼりに替えてください。

☺ 献立内にある(★)(※)印に応じて箸やスプーン、ごはんの有無を確認してください。
(★)・・・カレーや丼の日なのでごはん、箸、スプーンが必要です。
(※)・・・主食提供されるのでごはんはいりません。

☺ 物流や納品などの状況により献立の内容が変更になる場合があります。ご了承ください。



8月は暑さや水分の摂りすぎで大人も子どもも食欲減退しがちです。こんな季節だからこそ、食べ物を「五感」で味わうことで食事がより楽しくなります！

食べ物の「味」「匂い」「見た目」「手や舌で触れた時の感触」「食べた時の歯ざわり」「調理の音」な五感で感じることで「あじわう」感覚が身に付きます。今月は給食のお手伝いとしてトウモロコシの皮むき、枝豆もぎをお願いする予定です。触って、香りを嗅いで、好奇心旺盛な子どもたちに楽しい経験を通して生きた食育を実践していきたいと思います☺
お家でも簡単なお手伝いをこの時期にしてみてもうでしょうか。



げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どうようび
	1 かれいスタミナ焼き ほうれん草ソテー 枝豆入りサラスパサラダ くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳	2 五目そうめん(※) 魚肉ソーセージカレー揚げ 人参サラダ くだもの ぎょうにゅう牛乳	3 セルフマーボー丼(★) かぼちゃチーズ焼き アスパラおかか和え くだもの スープ ぎょうにゅう牛乳	4 鮭の西京漬け焼き ブロッコリーのガーリック炒め ポテトサラダ くだもの すまし汁 ぎょうにゅう牛乳	5 照り焼きチキン ゆで野菜 トマト ジャーマンポテト くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳
	蒸しとうもろこし	シューアイス	シュガーラスク	ぎょうにゅう牛乳かりんと・ヤクルト	ミニプリン
7 さばのカレームニエル オクラのなめたけおかか和え もやしのひき肉炒め くだもの スープ ぎょうにゅう牛乳	8 チキンとトマトのカレー(★) カラフルオムレツ グリーンサラダ くだもの ぎょうにゅう牛乳	9 アジの香味揚げ ひじきの五目目サラダ ビーフンソテー くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳	10 ひやしためきうどん(※) かぼちゃ天ぷら きゅうりとわかめのさっぱり和え くだもの ぎょうにゅう牛乳	11 やま ひ 山の日(おやすみ) 	12 いわしの梅煮 チキンナゲット ブロッコリーごま和え くだもの スープ ぎょうにゅう牛乳
蒸しとうもろこし	チョコババロア	イモもち	ゆで枝豆		ゆうばり 夕張メロンゼリー
14 ざる中華(※) 焼き目つきぎょうざ オクラのおかか和え くだもの ぎょうにゅう牛乳	15 セルフ豚丼(★) ちくわマヨネーズ焼き やみつききゅうり くだもの スープ ぎょうにゅう牛乳	16 カレイの甘酢あんかけ 豚ごぼう金平 ゆで野菜 くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳	17 コーン入りハンバーグ マカロニナポリタン ほうれん草のごま和え くだもの スープ ぎょうにゅう牛乳	18 サーモンフライ きざみ野菜 トマト マーボナス くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳	19 ぶたにく 豚肉のみそ炒め マカロニカレー和え ハッシュドポテト くだもの スープ ぎょうにゅう牛乳
パナッパ	すりおろしりんごゼリー	いもけんぴ・スポロン	アメリカンドック	ゆで枝豆	ミニメロンパン
21 さばつけ焼き ウインナーケチャップ炒め 華風和え くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳	22 ひ 冷やし中華(※) 鶏手羽中みそ焼き ほうれん草ツナ和え くだもの ぎょうにゅう牛乳	23 かりかりチキンネギソース サラダ菜 トマト じゃがいもソテー オクラ納豆ねばねば和え くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳	24 あましお 甘塩ぼたっこ焼き 揚げごぼうごま和え 春雨サラダ くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳	25 キッズキーマカレー(★) ほうれん草とコーンのキッシュ だいこんかいそう 大根海藻のサラダ くだもの ぎょうにゅう牛乳	26 はんぺんチーズフライ マロニーチャブチエ ブロッコリーと卵のサラダ くだもの スープ ぎょうにゅう牛乳
フレンチトースト	みそ焼きおにぎり	プリン	ゆで枝豆	フルーチェ	ヨーグルト
28 ガリバタチキン ひじき五目煮 ゆで野菜 くだもの スープ ぎょうにゅう牛乳	29 たまごの甘酢炒め バンバンジーサラダ じゃがいもコンソメチーズ くだもの すまし汁 ぎょうにゅう牛乳	30 あかうおあ 赤魚揚げ煮 炒めビビンバ ブロッコリーサラダ くだもの みそ汁 ぎょうにゅう牛乳	31 ひ 冷やしきつねうどん(※) 鶏ひき肉と豆腐のナゲット オクラおかか和え くだもの ぎょうにゅう牛乳		
ホットケーキ	ディズニーチーズ・ヤクルト	ジャムサンドイッチ	プチシュー		