

2022年8月 田口保育園 給食だより

※アレルギー疾患のお子様には除去食を用意しています
 ※食材の仕入れ状況により献立を変更する場合があります
 ◎は手作りおやつを表しています

月 火 水 木 金 土 日

1 雑穀ごはん ポーンドレッシングサラダ ごぼうの煮物 なめこの味噌汁 牛乳 ◎ホットケーキ	2 雑穀ごはん 和風スパゲッティ (鶏) 胡瓜のオイル漬け コンソメスープ (卵) (乳) 牛乳 スイカ	3 雑穀ごはん ちらし卵汁 (卵) 南瓜の天ぷら オレンジ 牛乳 ◎冷やし白玉ぜんざい	4 雑穀ごはん 竹輪ポテサラ天 (卵) おかかトマト うす揚げのすまし汁 牛乳 ◎麩のシュガーラスク (乳)	5 雑穀ごはん 魚のレモン焼き スパゲッティサラダ (卵) もずくの味噌汁 牛乳 アイスcream (卵) (乳)	6 雑穀ごはん 豚肉と野菜の焼きビーフン 枝豆 ニラ入りかき卵汁 (卵) むぎぼん (卵) (乳)	7
8 雑穀ごはん 茄子の田楽 もやしと竹輪のナムル (卵) 揚げ豆腐のすまし汁 牛乳 ◎ちんすこう	9 雑穀ごはん 魚の竜田揚げ 春雨の酢の物 (卵) 呉汁 牛乳 ◎じゃこトースト (卵) (乳)	10 おにぎり 焼きそば (卵) 唐揚げ (鶏) ポトフ (卵) (乳) 牛乳 りんご	11 山の日	12 雑穀ごはん 芋煮汁 (さつま芋) 鶏肉と切干大根の煮物 (鶏) 牛乳 ◎高野豆腐のフライ	13 雑穀ごはん サラダそうめん (鶏) 天ぷらと厚揚げの煮物 (卵) おかし	14
15 雑穀ごはん クリームシチュー (鶏) (乳) 胡瓜の塩昆布和え 牛乳 おかし	16 雑穀ごはん 夏野菜と卵のキーマカレー (卵) (乳) 野菜サラダ チーズ (乳) 牛乳 ◎フルーツヨーグルト (乳)	17 雑穀ごはん ラーメン (鶏) (乳) (卵) 枝豆 ごぼうの利休揚げ 牛乳 ◎ドーナツ (卵) (乳)	18 <愛情弁当の日> お弁当に ご飯とおかずを入れて 持ってきてください 牛乳 青りんごゼリー (卵) (乳)	19 ロールパン (卵) (乳) 鶏の照り焼き (鶏) ポテトサラダ (卵) レタス コーンスープ 牛乳 ◎昆布おにぎり	20 雑穀ごはん 焼売 千切りキャベツ ワカメスープ ごつぷつご (卵) (乳)	21
22 雑穀ごはん 厚揚げと茄子のオイスター炒め 野菜のピーナッツ和え 南瓜の味噌汁 牛乳 プリン (卵) (乳)	23 雑穀ごはん トマトのハヤシライス (牛) (鶏) (乳) コールスローサラダ 牛乳 ◎フライドポテト	24 雑穀ごはん 筑前煮 (鶏) 切り昆布の煮物 きのこの味噌汁 牛乳 ◎みかん寒天	25 雑穀ごはん 魚のトマトソース煮 法蓮草の白和え もずくのすまし汁 牛乳 ◎アイスクリーム (乳)	26 雑穀ごはん 牛丼 (牛) けんちん汁 オレンジ 牛乳 ケーキ (卵) (乳)	27 雑穀ごはん 大豆の磯辺煮 (鶏) キャベツのゆかり和え 麩の味噌汁 ベジタベル (卵) (乳)	28
29 雑穀ごはん 豚ロースのパプリカ炒め 和風サラダ かき卵汁 (卵) 牛乳 チーズ (乳) ビスコ (乳)	30 雑穀ごはん 高野豆腐の卵とじ (卵) ブロッコリーの胡麻和え じゃが芋の味噌汁 牛乳 パチチ	31 雑穀ごはん 焼きうどん (卵) 大豆の甘煮 パイナップル 牛乳 ◎納豆の包み揚げ	1	2	3	


夏でも手洗い・うがい!

手足口病やプール熱と言う病気は“夏かぜ”とも呼ばれていて、冬に流行るかぜと、症状がよく似ています。

これらの原因となるウイルスは、気温が高いときに元気になるのです。かからないようにするためには、やはり「手洗い」・「うがい」です。

また、手洗いは「食中毒」の予防にも繋がります。

手洗い・うがいをして、毎日を元気に過ごしましょう!



スイカは「くだもの」? 「野菜」?

夏の暑い日、ちょっと食欲がないときにも冷やしてさっぱり食べられるスイカ。甘くて水分もたっぷりですが…、実はくだものではなく、野菜である! という話は聞いた事ありませんか? ウソのように思えますが、スイカは本当に野菜なのです。

<野菜の特徴>

- ① 田や畑でつくられる
- ② ごはんやパンのような「主食」ではない
- ③ 手を加えず、そのまま食べられている
- ④ 木ではなく、草になる

以上のような特徴を持つのが野菜だそうです。

ちなみにスイカのほかにイチゴやメロンも「くだものっぽい野菜」として扱われています。