

2023年7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

月		火		水		木		金		土		日	
26		27		28		29		30		1	揚げせん	2	
										雑穀ごはん 親子もどき(卵) 野菜の胡麻和え なめこの味噌汁 ビスケットミルク風味(卵)(乳)			
3	ビスケット	4	せんべい	5	黒棒	6	ウエハース	7	すずかステラ	8	揚げせん	9	
										雑穀ごはん 鶏肉とトマトのスープ(乳) 豚肉と茄子の味噌炒め 出汁巻き卵(卵) 切干大根の味噌汁 アスパラガス(卵)(乳)			
10	ビスケット	11	せんべい	12	黒棒	13	ウエハース	14	すずかステラ	15	揚げせん	16	
										雑穀ごはん 豚肉とごぼうのオイスター炒め カニサラダ(卵) 春雨スープ アンパンマンふんわりコーン(卵)(乳)			
17	海の日	18	せんべい	19	黒棒	20	ウエハース	21	すずかステラ	22	揚げせん	23	
										<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 ちょぼちょぼ(卵)(乳)			
24	ビスケット	25	せんべい	26	黒棒	27	ウエハース	28	すずかステラ	29	揚げせん	30	
										雑穀ごはん 豚肉と高野豆腐の煮物 魚肉ソーセージと胡麻カレー和え フライドポテト(卵)(乳)			
31	ビスケット	1		2		3		4		5		6	
										鶏ごぼうごはん(鶏) 桜海老と大豆のかき揚げ(海老) 春雨の酢の物(卵)(乳) きのこのすまし汁 牛乳 ⑥みかん寒天			

☆夏に増える食中毒
 食中毒予防の4つのポイント！

- 「買い物」肉、魚、野菜の鮮度に注意、肉や魚の汁が漏れないようにする
- 「保存」冷蔵庫につめ過ぎない、冷蔵庫の温度は10℃以下に保つ
- 「下準備」肉、魚、たまごを扱うときは切ったあとのまな板、包丁は熱湯消毒を行う
- 「調理」生で食べるものは流水でよく洗い、料理の加熱は十分にする

☆食卓で子どもを育てよう！食卓は大切な“食育の場”
 みなさんの食卓はどんな食育の場になっていますか？

- ・子どもの心をゆがめないように！
- ・食事のしつけは大切です。しかし、あまりガミガミ小言を言うとプレッシャーに。楽しい会話をおまけてバランスを大切に。
- ・大きさに褒めてやる気を引き出そう！
- ・叱るよりも褒めて「残さず食べなさい」と言う前に子どもが食べられる量をよそいましょう。
- ・テレビを消そう！
- ・テレビを見ながら食事をする箸の持ち方や食べ方が親の目に入りにくくなります。
- ・卓上料理で盛り上がる！
- ・ホットプレートでの焼きそばや手巻き寿司など、子どもはとて喜びます。