

2023年8月 田口保育園 給食だより

⑨は手作りおやつを表しています ※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
	1 せんべい 雑穀ごはん ポークドレッシングサラダ 蒟蒻のかか煮 コンソメスープ (卵) (乳) 牛乳 枝豆	2 黒棒 雑穀ごはん 肉豆腐 (牛) 春雨サラダ (卵) もずくの味噌汁 牛乳 オレンジゼリー (卵) (乳)	3 ウエハース 雑穀ごはん 豚肉のオイスター炒め 胡瓜のオイル漬け ワカメスープ 牛乳 バナナ	4 すずカステラ 雑穀ごはん パリパリ皿うどん (卵) おかかトマト にら入りかき卵汁 (卵) 牛乳 ツナチーズトースト (卵) (乳)	5 揚げせんべい 雑穀ごはん 豚肉入り春雨スープ ごぼうの利休揚げ ふんわりコーン (卵) (乳)	6
7 ビスケット 雑穀ごはん 手羽元と卵のさっぱり煮 (鶏) (卵) もやしのお浸し 豆腐の味噌汁 牛乳 ⑨煮豆	8 せんべい 雑穀ごはん 大豆と蒟蒻のうま煮 (鶏) レタスと胡瓜の昆布和え 麩のすまし汁 牛乳 ⑨フライドポテト	9 黒棒 雑穀ごはん 魚の南蛮漬け 納豆の中華和え うす揚げの味噌汁 牛乳 アイスcream (卵) (乳)	10 ウエハース 雑穀ごはん サラダ冷麺 (鶏) 南瓜と茄子の煮物 オレンジ 牛乳 ⑨カレー風味ちまき	11 山の日	12 揚げせんべい 雑穀ごはん 豚肉と豆腐のくずあん煮 ワカメサラダ 麩の味噌汁 えいじビスケット (卵) (乳)	13
14 ビスケット 雑穀ごはん カレーライス (乳) 野菜サラダ 牛乳 キャラメルコーン (卵) (乳)	15 せんべい 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 さやえんどう (卵) (乳)	16 黒棒 雑穀ごはん 南瓜のじゃこ天 春雨の酢の物 (卵) 切干大根の味噌汁 牛乳 ⑨マカロニこきな粉	17 ウエハース 雑穀ごはん 豆腐とツナの小判焼き (卵) ゴボウサラダ (卵) ワカメスープ 牛乳 ⑨チーズインホットケーキ (乳)	18 すずカステラ 雑穀ごはん 魚と野菜の炊き合わせ もずくの味噌汁 バナナ 牛乳 ⑨たご焼きドーナツ (卵)	19 揚げせんべい <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 ごつぶっこ (卵) (乳)	20
21 ビスケット 雑穀ごはん はんぺんフライ (卵) 鉄分たっぷりサラダ (卵) (乳) じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 牛乳 ブリン (卵) (乳)	22 せんべい 雑穀ごはん 焼売 野菜の梅和え 中華スープ 牛乳 ⑨フルーツヨーグルト (乳)	23 黒棒 雑穀ごはん ハヤシライス (鶏) (牛) (乳) 野菜サラダ チーズ (乳) 牛乳 アイスcream (卵) (乳)	24 ウエハース 雑穀ごはん 豚肉の中華炒め レタスの昆布和え 麩のすまし汁 牛乳 ⑨ポップコーン	25 すずカステラ 雑穀ごはん 鶏肉のバーベキューソース (鶏) レタス スパゲッティサラダ (卵) コーンスープ 牛乳 ケーキ (卵) (乳)	26 揚げせんべい あんかけ丼 里芋の甘辛煮 けんちん汁 ギンビスアスパラガス (卵) (乳)	27
28 ビスケット 食パン (卵) (乳) チキンボールと彩り野菜のカレークリーム煮 (鶏) (乳) 枝豆 パイナップル 牛乳 ⑨鮭おにぎり	29 せんべい 雑穀ごはん 魚の焼き漬け 大豆サラダ (卵) もずくのすまし汁 牛乳 ⑨ぶどう寒天	30 黒棒 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 牛乳 ⑨レアチーズケーキ (乳)	31 ウエハース 雑穀ごはん 茄子の挟み揚げ レタスの昆布和え トマト 豆腐とえのきの味噌汁 牛乳 梨			

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。