

# 2024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
29	30	31	1 オレンジゼリー	2 源氏パイ	3 黒棒	4
			雑穀ごはん ポテトコロッケ ところ天サラダ(卵)(甲殻類) なめこの味噌汁 牛乳 ⑨ツナチーズトースト(卵)	雑穀ごはん 厚揚げと茄子のオイスター炒め おかかトマト かき卵汁(卵) 牛乳 枝豆	雑穀ごはん トマトのハヤシライス(鶏) 野菜サラダ オレンジ サツモロポテト(卵)	
5 リッツ	6 満月ボン	7 ⑨青菜おにぎり	8 クラッカー	9 ⑨ふかし芋	10 ホームパイ	11 山の日
雑穀ごはん チキン南蛮(鶏)(卵) グリーンリーフ トマト きのこのすまし汁 牛乳 ブドウゼリー(卵)	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ホットケーキ	雑穀ごはん シェパーズパイ ドレッシングサラダ 冷製コーンスープ 牛乳 キンピズアスパラガス	白ごはん さつま鶏飯(鶏)(卵) ごぼうと蒟蒻の煮物 パイナップル 牛乳 ⑨きな粉揚げパン	雑穀ごはん 冷製梅じゃこスパゲッティ ピーマンと天ぷらの甘辛炒め(卵) 野菜スープ 麦茶 ⑨中華ちまき	昆布おにぎり ポトフ(卵) 竹輪と胡瓜のナムル(卵) えいじビスケット(卵)	
12 振替休日	13 星たべよ	14 ぼたぼた焼き	15 揚げせん	16 ⑨ きな粉おにぎり	17 ミニドーナツ	18
	雑穀ごはん 肉じゃが 出汁巻き卵(卵) 豆腐とわかめの味噌汁 牛乳 お菓子	雑穀ごはん ポークチャップ 法蓮草の煮浸し 麩のすまし汁 牛乳 お菓子	雑穀ごはん ポークカレー 野菜サラダ チーズ 牛乳 お菓子	雑穀ごはん 鶏肉と大豆の磯辺煮(鶏) 春雨サラダ(卵) じゃが芋の味噌汁 牛乳 ⑨アップルパイ(卵)	<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 キャラメルコーン(卵)	
19 ⑨高野豆腐の煮物	20 源氏パイ	21 ⑨りんごのコンポート	22 チーズ	23 リッツ	24 ハーベスト	25
雑穀ごはん 白身魚のカレーフリッター 夏野菜のラタトゥイユ オニオンスープ(卵) 牛乳 オレンジ	雑穀ごはん ホイコーロー 枝豆 ワカメスープ 牛乳 ブリン(卵)	雑穀ごはん 魚の生姜焼き カニサラダ(甲殻類)(卵) もずくと小松菜のすまし汁 牛乳 ⑨岩石揚げ	雑穀ごはん ポークドレッシングサラダ 蒟蒻のかか煮 にら入りかき卵汁(卵) 牛乳 ⑨胡麻おごし(卵)	雑穀ごはん 茄子の挟み揚げ グリーンリーフ トマト 豆腐とえのきの味噌汁 牛乳 アイスグリーン(卵)	雑穀ごはん 鶏肉のさっぱり煮(鶏) 白菜の胡麻和え 汁ビーフン ゴロゴロラスク(卵)	
26 ⑨大豆きな粉	27 ⑨ゆかりおにぎり	28 満月ボン	29 オレンジ	30 ⑨さつま芋の甘煮	31	1
食パン(卵) タンドリーポーク(卵)レタス 冷製南瓜の豆乳ポタージュスープ オレンジ 牛乳 ケーキ(卵)	雑穀ごはん 魚の照り焼き 春雨の酢の物(卵) じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 牛乳 ⑨バナナヨーグルト	じゃこごはん 肉うどん ごぼうの利休揚げ りんご 牛乳 ⑨氷ようかん	雑穀ごはん 麻婆豆腐 和風サラダ かいわれ大根入りかき卵汁(卵) 牛乳 ⑨サモサ	雑穀ごはん 魚と大豆のトマト煮 ブロッコリーサラダ(卵) もずくとうす揚げのすまし汁 牛乳 梨	雑穀ごはん クリームシチュー(鶏) レタスと胡瓜の昆布和え おととと(卵)	


### 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。