



給食だより



【今月の目標】

暑さに負けず

しっかり食べる

平成30年7月31日

足羽東こども園

日	曜	献立名	9時30分 (未満児)	3時(全員)	延長保育 (飲み物、お茶)	
1	水	鯖の味噌煮 ジャが芋と人参の胡麻煮 スティック胡瓜 中華スープ	牛乳 お子様せんべい	ミルク ぼたぼた焼き	まがりせんべい	
2	木	豚じゃが オクラのお浸し 麩とわかめの味噌汁 ふりかけ	牛乳 卵ボーロ	お茶 豆乳アイス	クッキー	
3	金	チーズ入り南瓜コロッケ 枝豆 茄子と薄揚げの味噌汁	牛乳 塩せんべい	ミルク 揚げせんべい	お子様えびせん	
4	土	ハヤシライス 枝豆 ミニトマト ゼリー	お茶 プチクッキー	お茶 醤油せんべい		
6	月	野菜たっぷり焼肉風炒め 小松菜と人参のお浸し トマトと卵の味噌汁	牛乳 ビスケット	ミルク ぱりんこ	塩せんべい	
7	火	パンの日 あじフライサンド 夏野菜のミネストローネ ボイルキャベツ みかん缶	牛乳 Ca あられ	未 ジュースせんべい 以 かき氷	ぼたぼた焼き	
8	水	マーボー茄子 出し巻き玉子 人参入りほうれん草のお浸し スイカ	牛乳 ソフトせんべい	未 かき氷 以 ジュースせんべい	白い風船	
9	木	井の日 ソースかつ井 わかめと胡瓜の酢の物 トマト 南瓜とえのきの味噌汁	牛乳 小魚せんべい	ミルク ハーベスト	揚げあられ	
10	金	赤魚の煮付け 元気ピーマン炒め ジャが芋と玉ねぎの味噌汁 ゼリー	牛乳 揚げせんべい	ミルク お子様えびせん	ぱりんこ	
11	土	山の日				
13	月	鮭の塩焼き スパゲティケチャップ炒め 麩とわかめのスープ	お茶 お子様せんべい	お茶 いちごのアイス	こつぶっこ	
14	火	ツナ入りカレーシチュー 福神漬 ゼリー	お茶 クッキー	お茶 ぱりんこ	お子様せんべい	
15	水	そうめん ウインナー ミニトマト カットコーン スティック胡瓜	お茶 卵ボーロ	お茶 ビスケット	醤油せんべい	
16	木	ふりかけご飯 肉団子 いんげんと人参のマヨネーズがけ あっさりスープ	お茶 塩せんべい	お茶 クッキー	ロアンヌ	
17	金	玉ねぎ入り豚肉の生姜焼き オクラのお浸し ジャが芋と煮干しの味噌汁	お茶 醤油せんべい	お茶 フルーチェ	ぱりんこ	
18	土	個人懇談の為、土曜保育は行いません				
20	月	ジャーマンポテト ブロッコリーの胡麻ドレッシングがけ 星の子スープ	牛乳 卵せんべい	ミルク スイートポテト	卵ボーロ	
21	火	誕生会 あっさり炒飯 揚げ餃子 越のルビー スティック胡瓜 ジュリアンスープ フルーツミックス	牛乳 ビスケット	カルピス ロールケーキ	野菜せんべい	
22	水	肉団子の酢豚風 カットコーン 麩とわかめの味噌汁	牛乳 雑穀クッキー	ミルク ゴーフレット	揚げあられ	
23	木	おにぎり ささみチーズフライ 切干大根と人参の煮物 枝豆 麩と玉葱の味噌汁 一口ゼリー (空のお弁当箱を持参) 0、1、2歳児は不要です	牛乳 塩せんべい	ミルク Ca せんべい	クッキー	
24	金	麺の日 冷やし中華 鯖の香味焼き 南瓜の含め煮	牛乳 小魚せんべい	ミルク ヨーグルトケーキ	ビスケット	
25	土	個人懇談の為、土曜保育は行いません				
27	月	夏野菜のカレーシチュー 福神漬 ブロッコリーのマヨネーズ添え 梨	牛乳 お子様せんべい	お茶 ヨーグルト	ぼたぼた焼き	
28	火	食育の日 ポークビーンズ コーン入り春雨の酢の物 みかん缶添え	牛乳 Ca せんべい	ミルク 災害用ビスケット	まがりせんべい	
29	水	ピーマンの肉詰め ミニトマト 春雨の中華スープ	牛乳 乗り物ビスケット	オレンジジュース メープルマフィン	卵せんべい	
30	木	鮭の胡麻衣フライ 人参としらたきの炒め煮 ほうれん草と豆腐の味噌汁	牛乳 プチクッキー	ミルク きな粉パン	源氏パイ	
31	金	ツナ入りコロッケ 人参のきんぴら 麩と葱の味噌汁	牛乳 野菜せんべい	お茶 バニラアイス	ビスケット	

【食育活動】

- 7日 パンにフライをはさんでサンドイッチ風にします (さくら・うめ・ひまわり組)
- 23日 お弁当作り (さくら、うめ、ひまわり組) **空のお弁当箱を持参下さい**
- 28日 食育集会 ジュースの糖分について話をします (うめ、ひまわり組)
- 29日 ピーマンの肉詰め (さくら、うめ、ひまわり組)

手作りおやつ

【今月使用する食材の産地】

北海道・青森・群馬・長野・静岡・山梨
愛知・富山・石川・福井・岐阜・兵庫
愛媛・高知・長崎・アメリカ・フィリピン

🍉 今月の食育活動アラカルト 🍉

食材に触れる (0歳児) 色々な形の野菜があるね。



とうもろこしの皮むき (1・2歳児)

中から美味しそうなたうもろこしが見えてきた!



ピーマンの種取り (2歳児)

苦手なピーマンも自分達で種をとったら美味しく食べれたよ。



じゃが芋洗い (2・3・4・5歳児)

3・5歳児が収穫したじゃが芋をみんなで洗い、おやつ時間、ふかし芋にして食べました。



野菜の収穫 (3歳児なす 4歳児ミニトマト・胡瓜)

毎日水やりをして、立派な野菜を収穫しています!



カレー作り (5歳児)

皮むき、野菜切り、炒める、全部子ども達で行いました。

美味しかったよ!



流しそうめん (3・4・5歳児)

なかなか掴めないけど、冷たくて美味しい!!

