

給食だより 8月

認定こども園
こぼと保育園
令和6年8月

太陽のまぶしい夏がやってきました。気温の高い日が続くと、暑さによる疲れから食欲が低下したり、体の水分が失われ、熱中症になったりする危険性があります。夏を楽しむために、家庭でも食事・睡眠など規則正しい生活リズムを保つことと、こまめな水分補給を心がけましょう。給食やおやつでも、夏野菜を取り入れて、こどもたちが暑さに負けないように給食を作っていきますね。

7月の誕生会の様子

7月17日に、7月生まれのお友だち8名のお誕生日会がありました。おともだちにお祝いされて嬉しそうでした。給食もみんな「おいしい〜」と言って食べていましたよ♪



メニューは、「ゆかりごはん・魚フライ・スパゲティ・ひじき煮・野菜和え・豆腐のすまし汁・ジュース・ぶどう」でした。

8月の誕生日会も楽しみにしててくださいね。

7月の行事食

7月5日七夕メニュー



七夕らしいメニューで子どもたちも喜んでいました

7月24日の給食(うなぎ)



ふっくら美味しいうなぎでした。



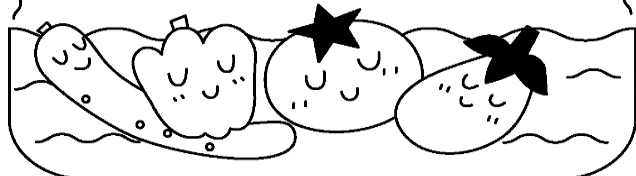
うなぎを食べて夏を乗り切ろう!!

8月の行事

- 20日(火) 鶏飯 (鹿児島県の郷土料理)
- 21日(水) 誕生会 (煮込みハンバーグなど)
- 28日(水) ぞう組クッキング (夏野菜ピザ)

夏野菜で熱をとりましょう

キュウリ・トマト・ナス・セロリ・レタス・モヤシ・オクラなど、夏の暑い時期に旬を迎える夏野菜は、体の余分な熱をとるものが多いです。



令和6年 8月献立表

日	曜	午前おやつ	昼食	3時おやつ
01	木	海草せんべい・牛乳	雑穀ごはん,五色焼き,野菜和え,納豆,えのき茸のみそ汁	すり身とひじきのせんべい,牛乳,ぶどう
02	金	Caウエハース・牛乳	ごはん,鮭のカラフル焼き,キャベツのおかか和え,春雨の中華炒め,わかめのみそ汁	揚げミートパイ,すいか,牛乳
03	土	クラッカー・牛乳	ごはん,焼きそば,炒り卵,きゅうりのゆかり和え,豆腐のみそ汁	ちんすこう,りんご,牛乳
05	月	ハードビスケット・牛乳	シーフードカレー,和風サラダ,牛乳	チョコブラウマンジェ,ウエハース,りんごジュース
06	火	クッキー玄米・牛乳	雑穀ごはん,豆腐ステーキ,かぼちゃサラダ,トマト,玉ねぎスープ	手作りあげぱん,ぶどう,牛乳
07	水	かんぱん・牛乳	ごはん,魚の天ぷら,酢の物,きのこ炒め,豚汁	ココアクッキー,メロン,牛乳
08	木	ピアクラッカー・牛乳	雑穀ごはん,八宝菜,ささみともやしのごま和え,いりこ佃煮,あおさのすまし汁	アイス,すいか,お茶
09	金	海草せんべい・牛乳	ごはん,魚の香草焼き,さつま芋の甘煮,大豆サラダ,そうめん汁	シュークリーム,ぶどう,牛乳
10	土	Caウエハース・牛乳	マーボー丼,ふし和え,牛乳	フライドポテト,りんご,牛乳
13	火	クラッカー・牛乳	雑穀ごはん,スパゲティミートソース,ドレッシングサラダ,卵スープ	パン,りんご,牛乳
14	水	ハードビスケット・牛乳	親子丼,酢みそ和え,牛乳	フルーツムース,せんべい,麦茶
15	木	クッキー玄米・牛乳	雑穀ごはん,牛肉とピーマンの炒め物,ところてん,じゃがいものマヨネーズ和え,しいたけのみそ汁	ホットケーキ,梨,牛乳
16	金	かんぱん・牛乳	ごはん,鶏のみそ焼き,ふし和え,トマト,きのこスープ	ミックスジャムサンド,ぶどう,牛乳
17	土	ピアクラッカー・牛乳	ごはん,魚のカレームニエル,きゅうり和え,人参煮,なすのみそ汁	いりこもち,りんご,牛乳
19	月	海草せんべい・牛乳	ごはん,さばのみそ煮,かぼちゃの天ぷら,春雨の酢の物,かき玉汁	もちもちかぼちゃケーキ,すいか,牛乳
20	火	Caウエハース・牛乳	鶏飯,きんぴらごぼう,トマト	焼きいも,ぶどう,牛乳
21	水	クラッカー・牛乳	《誕生会》ご飯,ふりかけ,煮込みハンバーグ,高野豆腐の含め煮,こまつな和え,すいか,スパゲティ,野菜スープ,ジュース	ミレービスケット,りんご,牛乳
22	木	ハードビスケット・牛乳	雑穀ごはん,筑前煮,煮豆,もやし和え,お麩のすまし汁	ちりめんクラッカー,なし,牛乳
23	金	クッキー玄米・牛乳	ごはん,鮭の塩焼き,夏野菜のかき揚げ,こんにやく炒め,じゃがいものみそ汁	人参ごはん,たくあん,牛乳
24	土	かんぱん・牛乳	ごはん,肉豆腐,卵とほうれん草和え物,油揚げのみそ汁	あべかわマカロニ,すいか,牛乳
26	月	ピアクラッカー・牛乳	ポークカレー,ちりめん和え,牛乳	みかんゼリー,かんぱん,牛乳
27	火	海草せんべい・牛乳	雑穀ごはん,魚の照り焼き,ひじき煮,野菜のマヨ和え,大根のみそ汁	果物アイス,米せんべい,牛乳
28	水	Caウエハース・牛乳	ごはん,牛肉とごぼうの炒り煮,トマトおかか和え,さつまいも煮,玉ねぎのみそ汁	《ぞう組クッキング》夏野菜ピザ,ぶどう,牛乳
29	木	クラッカー・牛乳	雑穀ごはん,らーめん,煮卵,きゅうりの中華和え	酒まんじゅう,梨,牛乳
30	金	かんぱん・牛乳	ごはん,魚の磯辺揚げ,こまつな和え,人参きんぴら,呉汁	大豆かりんとう,りんご,手作りヨーグルト
31	土	ピアクラッカー・牛乳	ごはん,みそ炒め,こんにやくの土佐煮,粉ふきいも(青のり),もやしのみそ汁	りんごソフトクッキー,牛乳

*都合により献立の変更がありますのでご了承ください。