



8月の給食だより



8月の献立表

日/月	未満児おやつ	副	食	3時のおやつ
月	13 27	豚汁 バンサンスー		お茶 盆団子
火	14 28(祝)	炒り豆腐 もずくの酢の物		ミルク 野菜かりんどう
水	1 15 29	ひき肉と春雨の炒め煮 きゅうりとコーンのサラダ		牛乳 りんごケーキ
木	2 16 30	ハヤシライス ほうれん草の白和え		ミルク サッポロポテト
金	3 17(祭)	魚のフリッター 三色酢の物・ジュリアンスープ		フルーツヨーグルト
土	4 18	和風スパゲッティ バナナ		牛乳 パン
月	6 20	コーン入り味噌汁 大根とツナの和え物・バナナ		牛乳 お好み焼き
火	7 21	魚の照り焼き きゅうりとキャベツの昆布和え・かきたま汁		ミルク ミニドーナツ
水	8(バ) 22	磯煮 がんばれピーマン		ミルク リッツカスタード・棒チーズ
木	9 23	肉じゃが キャベツのごまサラダ		牛乳 ジャムサンド
金	10 24	魚の南蛮漬け なめこ汁		クッキー ぶどう
土	25	夏野菜カレー オレンジジュース		牛乳 パン

*都合により献立を変更する場合があります。

お誕生会のメニュー

8月28日(火)
ホットドッグ
コールスロー
フライドポテト
コーンクリームスープ

未満児：467kcal
以上児：590kcal

バイキングのメニュー

8月8日(水)
冷や汁・チキン南蛮
グリーンサラダ
(宮崎の郷土食)
未満児：405kcal
以上児：517kcal

お弁当の日

8月17日(金)



暑い夏を元気にのりきる!

暑い夏になると、これといった病気でもないのに食欲がわかなくなることがあります。これはいわゆる「夏バテ」の状態です。バランスの良い食事、適切な水分補給、そして、しっかりと睡眠をとることが大切です。規則正しい生活で、暑い夏を元気にのりきりましょう。ご家庭でも料理を作る際には、熱くなりやすいので食中毒などにも気を付けておきましょう。

平成30年8月1日
とほく認定こども園

おいしい行事食



メキシコ料理のタコスが沖縄でタコライスにアレンジ。バイキングではそれを再現しました。暑い夏にはぴったりのです。



畑のピーマンを収穫して給食室で料理してもらいました。自分たちで育てたピーマンだから格別です。



夏には真っ赤なスイカがご馳走です。スイカ割りでも楽しんで、ガブリと味も楽しめます。



4歳児の食育。野菜の育て方を紙芝居で説明して。実際に箱の中から野菜を少しずつ出していき、どんな野菜が当ててみました。



5歳児の食育。「歯と健康」をテーマに歯の大切な役割や、むし歯となる原因を説明して、実際に歯ブラシを使い歯磨きをしました。