

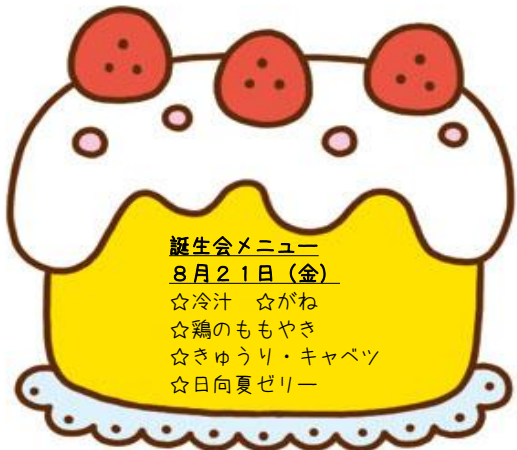


給食だより

日ごとに暑さが厳しくなり、
いよいよ夏本番を迎えました。連日の猛暑に大
人は参ってしまいそうですが、
子どもたちは水遊びやプールで
元気いっぱい夏を満喫しています。
暑さで疲れが溜まりやすい時期ですが
「しっかり食べて、しっかり眠る」
ことが大切です。

Q. 夏野菜の「きゅうり」や「トマト」を食べ
ると、体にとってどんないいことがあるか
な？
①体を温めてくれる
②体の熱を逃がして涼しくしてくれる
③眠くなる

こたえ：②
夏野菜には、
体にこもった熱を逃がしてくれる成分や水分
がたくさん入っています！
しっかり食べて暑い夏を乗り切ろうね。



誕生会メニュー 8月21日(金)

- ☆冷汁 ☆がね
- ☆鶏のももやき
- ☆きゅうり・キャベツ
- ☆日向夏ゼリー

～お知らせ～

8月13・14日は、
お盆で人数に変動がある為、
メニューを変更させていただきます。

8/13 (木)	ごはん 大和煮 きゅうりの昆布和え 豆腐のみそ汁 (おやつ) 牛乳・ツイストドーナツ
8/14 (金)	焼きうどん 卵スープ (おやつ) 牛乳・バナナ

8月15日(土)はお弁当の日です。

夏祭り
8月5日(水)
メニューはお楽しみに・・・！

	献立名	3時のおやつ	未満児追加
10 24 月	ごはん ポークジンジャー 野菜サラダ 豆腐のみそ汁	お茶 冷やしそうめん	牛乳 バナナ
25 火	ごはん 魚の香り焼き 春雨の酢の物 かぼちゃのみそ汁	お茶 フルーツポンチ	飲む ヨーグルト
12 26 水	チキンカレー ツナコーンサラダ オレンジ	牛乳 チーズ クラッカー	牛乳 コーンフレーク
27 木	ごはん 魚と野菜の甘酢あん ごまじゃこ和え 千切大根のみそ汁	ミルクココア バナナ	牛乳 ビスコ
28 金	ごはん 和風キッシュ きゅうりのレモン風味和え もずくスープ	牛乳 水ようかん	飲む ヨーグルト
1 29 土	サラダうどん オニオンスープ	牛乳 ミニパン	牛乳 コーンフレーク
3 31 月	ごはん 魚のムニエル(レモンソース) ポテトサラダ おくらのスープ	牛乳 シュガートースト	牛乳 卵ボーロ
4 18 火	ごはん 八宝菜 きゅうりのおかかサラダ じゃがいものみそ汁	牛乳 すいか	飲む ヨーグルト
19 水	ごはん タンドリーチキン ブロッコリーとコーンのサラダ パンプキンスープ	牛乳 ゼリー	牛乳 バナナ
6 20 木	ごはん 魚の変わり衣まぶし ひじきとチーズのサラダ きのこスープ	お茶 カップヨーグルト	牛乳 ビスコ
7 金 17(月)	ごはん 豆腐のそぼろ煮 ハムともやしの中華和え なすと玉ねぎのみそ汁	牛乳 ホットケーキ	飲む ヨーグルト
8 22 土	柳川風煮 二色野菜の香味漬け	牛乳 バナナ	牛乳 コーンフレーク

※献立は変更になる事があります。離乳食は献立に応じて作っています。