



8月給食だより



くろみ乳児院給食委員会 2024年8月1日発行

夏本番を迎えましたが、子どもたちは暑さに負けず元気いっぱいです。
しかし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、体の水分が失われて熱中症になったりする危険があります。
夏を楽しむためにも、しっかり食べてしっかり寝ること、こまめな水分補給を心がけて過ごしましょう。

★献立表★

		朝食	昼食	間食	夕食
1日	(木)	ジャムサンド・バナナ	ごはん・鶏肉のみそ焼き	塩クッキー	ごはん・さけフライ
15日		ヨーグルト・牛乳	ピーマンの炒め煮・すまし汁・果物	牛乳	トマトサラダ・冷製スープ
2日	(金)	おにぎり	オムライス・コンソメスープ	豆腐みたらし団子	ごはん・牛肉と大根の甘辛煮
16日		人参煮・みそ汁	果物	お茶	蒸し鶏のあえもの・すまし汁
3日	(土)	ごはん・焼き魚	カレーうどん	市販菓子	ごはん・豆腐ハンバーグ
17日		みそ汁	あさりと青菜の炒めもの・果物	牛乳	ポテトサラダ・みそ汁
4日	(日)	ホットケーキ	ごはん・あじの照り焼き	夏みかんゼリー	豚肉のケチャップ丼
18日		野菜ジュース	ホイコーロー・すまし汁	牛乳	なすのそぼろ煮
		りんご	果物		オクラの冷製すまし汁
5日	(月)	パン・豆乳スープ	ごはん・ささみのごま焼き	かき氷	枝豆ごはん・かぼちゃコロケ
19日		フルーツヨーグルト	人参のマヨネーズあえ・みそ汁	お茶	うざく(19日きゅうり酢のもの)
			果物		すまし汁
6日	(火)	おにぎり	納豆そぼろ丼・すまし汁・果物	スティック揚げパン	ごはん・野菜の肉巻き
20日		切干大根煮・みそ汁	とうがんのかにかまあなかけ	牛乳	ひじきの煮物・みそ汁
7日	(水)	ごはん・ミートボール	おにぎり・ゴーヤチャンプル	ゼリー	ごはん・たちうおの煮つけ
21日		みそ汁・りんご	野菜の天ぷら・みそ汁・果物	牛乳	じゃがいもきんぴら・みそ汁
8日	(木)	パン・ウインナー	冷やしうどん	焼きおにぎり	ごはん・酢鶏
22日		コーンスープ・牛乳	なすの揚げびたし・果物	お茶	ナムル・中華スープ
9日	(金)	炊き込みごはん	ごはん・さばの塩焼き	枝豆米粉蒸しパン	中華風わかめごはん
23日		かぼちゃの煮物・みそ汁	野菜の炊き合わせ・すまし汁・果物	牛乳	八宝菜・とろみ豆腐スープ
10日	(土)	ごはん・煮魚	パン・トマトシチュー・果物	牛乳もち	ごはん・五目豆煮・すまし汁
24日		みそ汁・バナナ	ほうれん草とコーンのバター炒め	お茶	春雨とひき肉のカレー炒め
11日	(日)	コーンフレーク	和風スパゲティ	市販菓子	ごはん・さけのちゃんちゃん焼き
25日		ポテト・りんご・牛乳	五目みそ汁・果物	牛乳	夏野菜のピクルス・すまし汁
12日	(月)	パン・野菜のスープ煮	ごはん・鶏肉の照り焼き	スイートパンプキン	キーマカレー・とうがんスープ
26日		チーズ・牛乳	おくら納豆・みそ汁・果物	牛乳	フルーツヨーグルト
13日	(火)	ピラフ・ウインナー	ごはん・親子煮	ベビーカステラ・牛乳	ごはん・さばの竜田揚げ
27日		ミネストローネ	こぶき芋の枝豆あん・みそ汁・果物	(27日ヨーグルトアイス)	季節野菜のみそ炒め・すまし汁
14日	(水)	ごはん・高野豆腐煮	冷やし中華	二色おはぎ・お茶	ひじきごはん・肉じゃが
28日		みそ汁・りんご	焼き野菜・果物	(28日きなこおにぎり)	人参の酢のもの・すまし汁
29日	(木)	ジャムサンド・バナナ	五目炊き込みごはん	マーマレードクッキー	ごはん・さけフライ
		ヨーグルト・牛乳	鶏肉のレモン焼き・みそ汁・果物	牛乳	トマトサラダ・冷製スープ
30日	(金)	おにぎり	オムライス・コンソメスープ	フルーツポンチ	ごはん・牛肉のしぐれ煮
		人参煮・みそ汁	果物	お茶	わかめのあえもの・すまし汁
31日	(土)	ごはん・白身魚の塩焼き	肉うどん・里芋の煮物	市販菓子	ごはん・豆腐ハンバーグ
		みそ汁	果物	牛乳	ポテトサラダ・みそ汁



お部屋のようす

こどもたちが育てた夏野菜(トマト・きゅうり・なす)がおいしく育ちました。「トマトあかいよ!」「きゅうりおおきいねえ」「OOちゃんがとったよ!」とたくさんお話ししながら給食部に届けてくれます。
収穫したら、サラダやおみそ汁に入れてその日の食事に使っています。
いつもは少し苦手でも、自分たちで育てたお野菜は特別!
とってもおいしそうに食べてくれます。次は何を育てようか楽しみです。

