

8がつのこんだてひょう



平成29年 平田保育所



月	火	水	木	金		
	1 (午前のおやつ1.2歳児) いちごヨーグルト・お茶 ごはん 魚のコーンマヨ焼き なすの煮物 鶏ごぼう汁 梅かつおおにぎり 牛乳	2 七夕会 きな粉豆 お茶 そうめん 鶏肉のからあげ お星さまサラダ ぶどう(巨峰) ピラフ 牛乳	3 こあらびのび うさぎすくすくの日 高野豆腐のしっとりラスク風 牛乳 ごはん あなごのかば焼き かぼちゃサラダ なすのみそ汁 ずんだ白玉 牛乳	4 ぱんだのびのび ひよこすくすくの日 煮豆 牛乳 ごはん 肉じゃが オクラの納豆和え しじみのみそ汁 すいか 黒豆おにぎり お茶		
	7 かりかりいりこ パスチャライズ牛乳 ごはん 豆腐チャンプルー あっさりトマト はんぺん汁 ぶどう(巨峰) 昆布ごはん パスチャライズ牛乳	8 ぞうのびのび りすくすくの日 ボイル野菜 牛乳 ごはん さわらのフライ(梅マヨネーズ) つるむらさきのごま和え じゃが芋のみそ汁 メロン 黒糖わらび餅 牛乳	9 ゆでとうもろこし 牛乳 さざえごはん レバー入り松風焼き そうめん瓜の酢の物 麩のすまし汁 塩おにぎり(のり) 牛乳	10 1年生を迎える会 麩の青のリスナック 牛乳 夏野菜カレー フレンチサラダ すいか ぶりかけおにぎり お茶		
	14 希望共同保育	15 希望共同保育	16 ぶどう(巨峰) パスチャライズ牛乳 夏野菜スパゲッティ ごまドレサラダ あさりの酒蒸し パスチャライズ牛乳 えのきわかめおにぎり お茶	17 きな粉マカロニ 牛乳 ごはん さばのごまソース モロヘイヤのおかか和え にらたま汁 ヨーグルトシャーベット お茶		
	18 誕生会 枝豆 牛乳 タコライス じゃこきゅうり もずくスープ パイナップル かぼちゃのムース お茶	21 チーズ・お茶 五穀ごはん 鶏肉のマーマレード焼き わかめサラダ とうがん汁 ぶどう(巨峰) たこおにぎり 牛乳	22 ぱんだのびのび ひよこすくすくの日 蒸しかぼちゃ・牛乳 牛丼 オクラのおかか和え キャベツのみそ汁 冷やしトマト すいかポンチ お茶	23 こあらびのび うさぎすくすくの日 煮昆布・牛乳 ごはん 夏野菜のキッシュ ひじきのマリネ 豆乳コーンスープ あさりしぐれおにぎり 牛乳		
	28 麩の黒糖がらめ・お茶 ごはん 揚げレバーの ごまソースがらめ ひじきの煮物 豆乳カレースープ 黒豆ごはん・かりかりいりこ パスチャライズ牛乳	29 ぞうのびのび りすくすくの日 野菜クラッカー・牛乳 ごはん 高野豆腐のチーズ入り照り焼き 和風サラダ あさりのみそ汁 シヤインマスカット 牛乳プリン お茶	30 みたらし団子・お茶 ごはん 魚の梅みそ焼き はりはりなます そうめん汁 梨(幸水) レタスチャーハン 牛乳	24 かりかりいりこ・牛乳 ごはん 牛肉のオイスター炒め きゅうりの中華漬け 春雨スープ すいか パエリア風ごはん 牛乳		
	25 粉ふき芋・牛乳 ごはん 魚の塩焼き 大豆入り五目和え 切干大根のみそ汁 ココアシフォンケーキ 牛乳	31 ぱりぱりせんべい・牛乳 ごはん 焼き肉 野菜炒め 厚揚げのみそ汁 焼きさば寿司 お茶	14 希望共同保育	15 希望共同保育	18 誕生会	31 〈夏野菜の働きについて〉 夏野菜は、暑さによる体のほてりをとる効果があります。また、水分を多く含んでおり、体内の毒素を尿として外に出す役目もあります。 ～夏野菜～ トマト・きゅうり・すいか・ゴーヤ オクラ・モロヘイヤ・南瓜・なす ピーマンなど

お弁当と水筒をお願いします。



暑い日が続きますが、子どもたちは元気いっぱい、夏ならではの遊びを楽しんでいます。
 夏は暑さで体力が奪われて、食欲が落ちてしまうこともあります。保育所ではカレー粉やにんにく、酢や梅干しなどを使い食べやすい献立にしています。
 しっかり食べて、暑い夏をのりきりしましょう。

「どうやって切るの？」子どもたちの前で桃を切りました♪

先月12日の午後のおやつは「すいかと桃」でした。この日は、調理担当者がこあら・ぱんだ・ぞう組へ行き、子どもたちの前で桃を切りました。大きな桃を見て、「それ何？」と聞いたり「あ、桃だ！」と嬉しそうに言ったりしていました。「切るよ～！」と子どもたちに伝えると、「桃太郎が出てくるかもよ！」とこあら組ではかわいらしいつばやきがありました。中から出てきたのは大きな種で、子どもたちからは「おっき～！」と驚きの声が上がりました。その後も、皮をむいたり小さくなっていく様子をじ～っと見てくれました。部屋中に桃のいい香りが広がり、夏ならではの味覚を味わいました♪
 (写真は、ぱんだ組の様子をのせています。)

