

8月 食育だより

令和5年8月1日発行 豊川こども園給食



長く降り続いた雨もあがり、暑い夏が来ました☀️
 今年は特に梅雨が長く、じめじめとした気候が続き気分も
 なんとなく晴れないという日も多かったかと思ひます。

そんな時期を乗り越え、やっときた夏！お盆や夏祭りなど
 わくわくする行事もありますが、気を付けなければいけない
 のは、脱水症状や熱中症です。こまめに水分を摂るだけでは
 体内に吸収されにくいいため、塩分(ナトリウム)を含むものと
 一緒に摂取することを心がけましょう！



★うめぐみさん★

さすが年長組！というカッコいい姿でご飯を
 食べる梅組さん。先月は食育も行い、食べ物に
 より一層興味が湧いてきたように感じます。
 もりもり美味しそうに給食を食べるお兄さん
 お姉さんの姿がみんなのお手本です😊



U たなばたそうめん

2周年記念メニュー
U ミッキーハンバーグ



U ききらアイスクッキー



8月のこんだて

月	火	水	木	金	土
	① 魚のカレー煮 ビーフソテー きゅうりの浅漬け フライドポテト	② 擬製豆腐 パンサンス トマト パン	③ 豚肉と野菜のカレー風炒め 蓮根サラダ 果物 野菜ジュースゼリー・お菓子	④ 魚のホイル焼き 金平ごぼう レタス ブチアメリカンドッグ	⑤ 冷やしきつねうどん 果物 お菓子
⑦ オクラ入り中華スープ ☆がね 果物 変わりホットケーキ	⑧ 魚のピザ風 刻み昆布とツナの炒め煮 スティックきゅうり 豆乳もち	⑨ 牛肉の柳川風煮 ししゃもの磯辺フライ 枝豆 プリン・お菓子	⑩ お弁当の日 クロックムッシュ	⑪	⑫ ナポリタン 棒チーズ お菓子
④ お弁当の日 スティックパン	⑤ お弁当の日 ビスケット・お菓子	⑥ 豆腐の中華煮 レパールのんにく醤油 果物 アイス	⑦ 鶏肉の香草パン粉焼き もやしの中華和え とうもろこし マカロニ黄粉	⑧ 魚の竜田揚げ わかめの炒めナムル トマト チーズ蒸しパン	⑨ 焼きそば ミニゼリー お菓子
⑫ 夏野菜カレー 豆腐サラダ 福神漬 フルーツポンチ	⑬ 魚のケチャップ煮 マセドアンサラダ レタス ボンデドーナツ	⑭ ポークビーンズ ひじきのソフトふりかけ 果物 パン	⑮ 鰯のつみれ焼き 大根と竹輪のゴマなます トマト じゃが丸くん	⑯ 豚肉とキャベツの甘辛煮 ウインナー 枝豆 ねぎ焼き	⑰ 五色麺 棒チーズ お菓子
⑱ えのきとキャベツのチキンスープ レパールのマリアナソース トマト おかかチーズおにぎり	⑲ 焼肉 野菜炒め 果物 フレンチトースト	⑳ 魚のピカタ 切干大根の炒め煮 枝豆 ロールケーキ	㉑ 豆腐チャンプルー オクラのごま和え 果物 ポップコーン	—8月のおいしいたべもの— パプリカ・とうもろこし・いか・ メロン・ぶどう・すいかなど	

※行事等により、献立を多少変更することがあります。☆は新メニューです。