

平成29年 7月

予定献立表



アソカ保育園

曜	日付			未満児おやつ	副 食	3時のおやつ
月	10	24	牛乳 白い風船	あけぼの煮 コールスローサラダ オレンジ	ミルク 網揚げ	
火	11	25	牛乳 マリービスケット	ベーコン入り野菜たっぷりスープ もずく酢 スイカ	お茶 ミニあんぱん	
水	12	26	牛乳 おととと	スタミナカレー コーン入りドレッシングサラダ メロン	棒チーズ シガービス	
木	13	27	牛乳 動物ビスケット	麻婆なす しらす干しとゴマの佃煮 キャベツと海苔のナムル	牛乳 キャロットケーキ	
金	14	28	牛乳 チーズクラッカー	魚のかりかりソテー 南瓜のゴマ和え コンソメスープ	飲むヨーグルト バナナ	
土	1	29	牛乳 ミニドーナツ	冷製スパゲティー バナナ	お茶 カニパン	
日						
月	3	31	牛乳 グリーンズナック	鶏肉のレモン煮 マカロニサラダ トマトスープ	お茶 かるかん	
火	4	18	牛乳 マリービスケット	豚肉と冬瓜の味噌炒め まっくろサラダ 生パイン	ミルク チーズビット	
水	5	19	牛乳 おととと	春雨汁 トマトとワカメの和え物 大豆とじゃこの照り煮	スイカ	
木	6	20	牛乳 動物ビスケット	夏野菜の煮物 昆布サラダ パイン缶	アイスクリーム	
金	7	21	牛乳 チーズクラッカー	魚の南蛮漬け 天の川スープ	牛乳 ジャムサンド	
土	8	22	牛乳 ビスコ	肉うどん バナナ	お茶 クロワッサン	

※やむをえず内容等を変更する場合があります。

弁当の日 21日(金)
誕生会 5日(水)

タコライス
星の子スープ

ブロッコリーのツナ和え



保育所給食カリキュラム

「楽しく食べる」

～給食を通して食事の大切さ、楽しさを知る～

アソカ保育園

目標	暑さに負けない体づくり		
	調理上の配慮	家庭への連絡	絵本で食育
二期 7 8 9 月	<ul style="list-style-type: none"> ・食品の取り扱いに配慮する。 ・適度な水分補給をする。 ・衛生面に気を付けて、加熱、冷却を十分にします。 	<ul style="list-style-type: none"> ・冷たいもの、甘いジュースなどの摂りすぎに注意する。 ・台所の衛生に気を付ける。 	7月 やさいのおなか 8月 はははのはなし 9月 11ぴきのねこと あほうどり

調理室からのお知らせ

夏は汗をたくさんかきます。子どもはもともと体温が高く、汗っかき。体が小さいので、夏は地面からの熱を大人よりも受けやすくなります。汗をかいたまま遊びに夢中になっていると、脱水症状を起こす原因にもなってしまいますので、適切な水分補給を心がけましょう。

冷たいものを一度に飲むと、胃腸の働きが悪くなります。糖分が多い清涼飲料水を飲みすぎると、食欲不振や消化不良を招くこともあります。普段は水やお茶を少しずつとるようにしましょう。

給食 山下静江

おにぎり

子どもが手に持って熱すぎないよう、少し冷めたご飯をラップにのせて手渡し、丸めてもらいます。中に好きな具材を入れたり、のりやふりかけでトッピングを楽しんだり、それぞれのおにぎりを作ってみましょう。

絵本で食育

やさいのおなか

大人も子どもも読み手と一緒にコミュニケーションをとりながら、様々な野菜を想像し、楽しんでいただけるクイズ絵本です。野菜の切り口（おなか）をじっくり眺めたことはありますか？

ページをめくると、「これ なあに」という問いの文字が出てきます。