



のきゅうしょくこんだて



令和6年 8月1日 六合保育園

月	火	水	木	金	土
			1 なすスパゲティー ジャーマンポテト 果物(スイカ) わかめおにぎり	2 魚のごま味噌焼き 香り和え 汁ビーフン 牛乳・スコーン	3 八宝菜 中華サラダ ビスケット
5 BBQ チキン 和風サラダ クリームシチュー 牛乳・味噌マドレーヌ	6 煮魚 ひじきの煮物 味噌汁(豆腐) アイスクリーム	7 オムレツ ゴマサラダ コンソメスープ 牛乳・さつま芋スティック	8 ちゃんぼん 海藻サラダ 果物(メロン) ゆかりおにぎり	9 白身魚のフライ 春雨マヨサラダ すまし汁(麩) フルーチェ	10 肉じゃが 味噌汁(わかめ) クラッカー
12<山の日> 	13 つみ入れ汁 胡麻和え 納豆 おかかおにぎり	14 麻婆豆腐 春雨の酢の物 果物(オレンジ) バナナ	15<お弁当の日>  おやつ: かりんとう	16 肉うどん 切干煮 ふりかけ(ゴマ塩) 牛乳・コーンフレーク	17 ビーフカレー ミックスフルーツ パウムクーヘン
19 チキンナゲット スパゲティサラダ ジュリエンスープ 牛乳・あべかわマカロニ	20 鮭のムニエル 鉄分たっぷりサラダ そうめん汁 鶏そぼろおにぎり	21 鶏肉の大豆の煮物 具だくさん味噌汁 果物(スイカ) 牛乳・ラスク	22 親子うどん ツナサラダ 昆布の佃煮 オレンジ寒天	23 魚ロッケ バンサンスー 味噌汁(冬瓜) 牛乳・ジャムサンドクラッカー	24 ハヤシライス 人参サラダ 芋けんぴ
26 生姜焼き 味噌汁(厚あげ) 果物(オレンジ) 牛乳・ピザトースト	27 鯖の味噌煮 のり鶏サラダ もずく汁 水ようかん	28 五目卵焼き 胡瓜とわかめの酢の物 春雨スープ 牛乳・バナナ	29 どさんこラーメン 南瓜サラダ ふりかけ(鯉節) 鮭おにぎり	30 鯖の塩焼き ひじきの酢の物 夏野菜の豚汁 牛乳・ふかしもち	31 ポトフ マカロニサラダ カステラ

※材料購入の都合上、献立を変更する可能性があります。予めご了承ください。

収穫始まりました!



春に植えた夏野菜が、収穫時期を迎えています。園では、衛生上の理由から生野菜を提供できないので、一度火を通して、サラダや汁物に入れ、味わっています。

こまめな水分補給を

夏は熱中症対策のためにも、こまめな水分補給が必要です。ジュースは糖分が多いので、麦茶や水がおすすです。高温多湿の環境に長くいると熱中症になりやすいので、外出の際は必ず水筒などを持っていきましょう。



手足口病で食べられなくなったら

夏は手足口病がはやりやすい季節です。口の中に発疹ができると、痛くて食べられなくなることがあります。その場合は、おかゆや豆腐・ゼリーなど、刺激が少なく噛まずに飲み込めるものをとるようにしましょう。

