

8月給食だより

社会福祉法人ほほえみ福祉会 吉田保育所 H25・8月

	月	火	水	木	金	土
昼食				1 ごはん しめじの味噌汁 野菜炒め きゅうりの昆布和え	2 ごはん 豆腐のすまし汁 煮魚 とまとの和え物	3 ごはん 玉ねぎの味噌汁 鶏の照り焼き 卵の花
午前のおやつ (もも、つくし組)				せんべい	ころころおむすび	ゆでとうもろこし
午後のおやつ				冷奴	季節のくだもの	ゆかりおむすび
昼食	5 ごはん モロヘイヤの味噌汁 魚の照り焼き 金平ごぼう	6 ごはん じゃがいもの味噌汁 なすのはさみ揚げ きゅうりの酢物	7 ☆ごはん なめこ汁 鶏のうめしそ焼き そうめんうりの酢物	8 ごはん かき玉汁 魚の南蛮漬け 南瓜炒め	9 枝豆ごはん きゃべつの味噌汁 厚揚げのきのこあんかけ 切干大根の煮物	10 親子丼 豆腐のくずし汁 もずくの酢物
午前のおやつ (もも、つくし組)	うどんきな粉	冷奴	黒豆煮	せんべい	チヂミ	煮干しせんべい
午後のおやつ	のりおむすび	梅ゼリー	茶むすび	焼きじゃが	きな粉団子	わかめおむすび
昼食	12 梅じゃごごはん 冬瓜の味噌汁 真砂揚げ きゅうりの酢物	13 ごはん 南瓜の味噌汁 魚の梅焼き 炒り豆腐	14 わかめごはん 厚揚げの味噌汁 なすのそぼろあんかけ 冷やしとまと	15 そぼろ丼 そうめん汁 きゅうりの酢物	16 ごはん なすの味噌汁 魚の塩焼き 納豆和え	17 ごはん きのこ汁 豆腐の味噌煮 梅肉和え
午前のおやつ (もも、つくし組)	ころころおむすび	スティックきゅうり	黒豆煮	せんべい	南瓜の煮物	冷やしトマト
午後のおやつ	枝豆・煮干しせんべい	おしんこ巻	きな粉おむすび	盆団子	じゃが芋もち	ゆかりおむすび
昼食	19 ごはん じゃがいもの味噌汁 魚の照り焼き 焼きなす	20 ごはん モロヘイヤの味噌汁 かに玉あんかけ 金平ごぼう	21 ごはん なめこ汁 鶏の梅しそ焼き そうめんうりの酢物	22 ごはん かき玉汁 魚の南蛮漬け 南瓜炒め	23 枝豆ごはん きゃべつの味噌汁 厚揚げのきのこあんかけ 切干大根の煮物	24 親子丼 豆腐のくずし汁 もずくの酢物
午前のおやつ (もも、つくし組)	うどんきな粉	冷奴	黒豆煮	せんべい	チヂミ	煮干しせんべい
午後のおやつ	のりおむすび	梅ゼリー	茶むすび	冷奴	きな粉団子	わかめおむすび
昼食	26 ごはん 南瓜の味噌汁 魚の梅焼き 炒り豆腐	27 ★梅じゃごごはん 冬瓜の味噌汁 真砂揚げ きゅうりの酢物	28 わかめごはん 厚揚げの味噌汁 なすのそぼろあんかけ 冷やしトマト	29 ごはん そうめん汁 レパニラ炒め ひじきの酢物	30 ごはん なすの味噌汁 魚の塩焼き 納豆和え	31 ごはん きのこ汁 豆腐の味噌煮 梅肉和え
午前のおやつ (もも、つくし組)	ころころおむすび	せんべい	黒豆煮	スティックきゅうり	南瓜の煮物	冷やしトマト
午後のおやつ	枝豆・煮干しせんべい	冷やしぜんざい	きな粉おむすび	おしんこ巻	じゃが芋もち	じゃこおむすび

7月に、JA西いわみさんより、「子どもたちに益田の食材を食べてほしい」ということで、トマト・ぶどうをいただきました！
みんなでおいしくいただきました！！



ちゅうい



3, 4, 5歳児さんが、畑でとれたじゃがいもを使って肉じゃがを作りました！

ゆり組さんが芋を洗い、玉ねぎの皮むきをし、すみれ組さんは皮むきと人参を切り、さくら組さんは野菜を切りました。外で薪で火をおこして肉じゃがを作りました。火が強いのですぐに煮えておいしく仕上がり、子どもたちもたくさんおかわりをしていました！



ごはんは5分づき米です。保育所に精米機があるので使う都度精米しています。

毎日玄米ごはんを少し炊いて、給食で食べています。プチプチした歯ごたえがあり、「プチプチご飯ちょうだい！！」と言っています。白米に比べて栄養価が高いのでおすすめです！
*都合により献立が変わる場合があります。★「お誕生日会メニュー」☆「かみかみ献立」

夏(7月～9月)の旬の食材
なす、レタス、とまと、きゅうり
とうもろこし、ピーマン、おくら
モロヘイヤ、枝豆、ゴーヤ、
メロン、ぶどう
いか、たこ、うなぎ

畑で収穫した野菜を、保育士さんが切って塩もみして、子どもたちが喜んで食べています。
緑色のピーマンも生でたべますよ！！