



# 給食だより



社会福祉法人ほほえみ福祉会 吉田こども園 H29・8月

# 梅ジュース づくり



曜日	月	火	水	木	金	土
日		1	2	3	4	5
主食・飲物		5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶
汁		貝だくさん味噌汁	えのきの味噌汁	オクラの味噌汁	かき玉汁	玉ねぎの味噌汁
主菜		魚の照り焼き	肉じゃが	五目豆	魚のごまみそ焼き	鶏のくわ焼き
副菜		きゅうりの酢の物	もやし酢の物	トマトの和え物	納豆和え	オクラと豆腐サラダ
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)	冷奴	ころころおむすび	かぼちゃの煮物	焼きじゃが	ころころおむすび
	午後	かりかりせんべい	きな粉おむすび	寿司おむすび	しそゼリー	茶むすび
日	7	8	9	10	11	12
主食・飲物	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	梅しそご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	ホリデー	
汁	なすの味噌汁	豆腐のすまし汁	南瓜の味噌汁	もやしの味噌汁	そぼろ丼	
主菜	魚の南蛮漬	南瓜のそぼろ煮	なすの味噌煮	魚の塩焼き	そうめん汁	
副菜	ひじきと大豆の煮物	もずくの酢の物	そうめん瓜の酢の物	切り干し大根の煮物	夏野菜の炒め物	
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	冷やしトマト	豆の甘煮	ころころおむすび	
	午後	南瓜ういろ	炊き込みおむすび	季節の果物	のりおむすび	
日	14	15	16	17	18	19
主食・飲物	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶
汁	わかめの味噌汁	貝だくさん汁	えのきの味噌汁	オクラの味噌汁	かき玉汁	玉ねぎの味噌汁
主菜	真砂揚げ	魚の照り焼き	肉じゃが	五目豆	魚のごまみそ焼き	鶏のくわ焼き
副菜	カラフルじゃこピーマン	きゅうりの酢の物	もやし酢の物	トマトの和え物	納豆和え	オクラと豆腐サラダ
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)	冷奴	ころころおむすび	きゅうりスティック	ころころおむすび	ころころおむすび
	午後	いなりおむすび	お盆団子	きな粉おむすび	寿司おむすび	茶むすび
日	21	22	23	24	25	26
主食・飲物	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	梅しそご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	そぼろ丼
汁	豆腐のすまし汁	なすの味噌汁	南瓜の味噌汁	もやしの味噌汁	じゃがいもの味噌汁	そうめん汁
主菜	南瓜のそぼろ煮	魚の南蛮漬	なすの味噌煮	魚の塩焼き	とりのごまみそ焼き	夏野菜の炒め物
副菜	もずくの酢の物	ひじきと大豆の煮物	そうめん瓜の酢の物	切り干し大根の煮物	白和え	
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	豆の甘煮	ころころおむすび	南瓜の煮物	煮干せんべい
	午後	炊き込みおむすび	季節の果物	季節の果物	枝豆・煮干せんべい	のりおむすび
日	28	29	30	31		
主食・飲物	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶	5分づきご飯・麦茶		
汁	貝だくさん味噌汁	わかめの味噌汁	えのきの味噌汁	オクラの味噌汁		
主菜	魚の照り焼き	真砂揚げ	肉じゃが	五目豆		
副菜	きゅうりの酢の物	カラフルじゃこピーマン	もやし酢の物	トマトの和え物		
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)	豆の甘煮	ころころおむすび	きゅうりスティック	ころころおむすび	
	午後	いなりおむすび	寿司おむすび	きな粉おむすび	みたらし団子	

6月22日に、子どもたちと一緒に梅ジュース作りをしました。氷砂糖と梅を入れるだけなので、とっても簡単にできました！子どもたちは、できるのが待ち遠しいようで、「梅ジュースもう飲める？」と毎日のように調理室に聞きに来ていましたよ☆



早く飲みたいなあ



氷砂糖が溶けて飲み頃になったので、七夕の日みんなで飲みました♪♪♪

ごはんは5分づき米です。園に精米機があるので使う都度精米しています。

★「お誕生会メニュー」 \*都合により献立が変わる場合があります。

### 暑い日が続き食中毒が心配される時期です！

- ★食中毒の基本→**つけない**(手洗いをしっかりと)
- 増やさない**(調理したものはすぐ食べる)
- やっつける**(加熱調理する)



園でも衛生管理には気をつけていますが、おうちでも気をつけていただくよう、よろしくおねがいします

### 保小中連携献立について

益田市保育研究会では、25年度より学校給食と連携して保育所から中学校の時期まで一貫した食育の取り組みを実施しています。その取組の一つとしての保小中連携献立で、8・9月の献立は、夏野菜のピーマンを使った「カラフルじゃこピーマン」です。こども園では14日と29日に登場します。お楽しみに！（※学校は諸事情により、10月上旬に登場します。）

