



枝豆とり

真砂から枝豆が届いたので、みんなに枝からとるのを手伝ってもらいました！
次の日に、おやつでおいしくたべました☆

曜日	月	火	水	木	金	土
日			1	2	3	4
主食・飲物			5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶	そばろどん・麦茶
汁			もやしの味噌汁	たまねぎの味噌汁	具沢山味噌汁	そうめん汁
主菜			魚の梅焼き	肉じゃが	魚の照り焼き	夏野菜炒め
副菜			きゃべつの磯か和え	もやしの酢の物	ひじきと大豆の煮物	
おやつ			ころころおむすび	南瓜の煮物	焼きじゃが	ころころおむすび
			たきこみおむすび	季節の果物	寿司おむすび	茶むすび
日	6	7	8	9	10	11
主食・飲物	5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶	ホリデー
汁	なすの味噌汁	わかめの味噌汁	えのきの味噌汁	かきたま汁	きゃべつの味噌汁	
主菜	魚の南蛮漬け	煮魚	五目豆	魚のゴマみそ焼き	なすの味噌煮	
副菜	納豆和え	きゅうりの梅和え	とまとの和え物	カラフルじゃこピーマン	そうめんうりの酢の物	
おやつ	ころころおむすび	冷やしトマト	ころころおむすび	豆の甘煮	ころころおむすび	
	午後 南瓜ういろう	のりおむすび	みたらし団子	きなこおむすび	ゆでとうもろこし	
日	13	14	15	16	17	18
主食・飲物	5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶	うめじゃこごはん・麦茶	5分つきご飯・麦茶	そばろどん・麦茶
汁	豆腐の味噌汁	たまねぎの味噌汁	具沢山味噌汁	南瓜の味噌汁	もやしの味噌汁	そうめん汁
主菜	南瓜のそぼろ煮	真砂揚げ	魚の照り焼き	鶏のごま味噌焼き	魚の梅焼き	夏野菜炒め
副菜	もずくの酢の物	もやしの酢の物	ひじきと大豆の煮物	とまとの酢の物	きゃべつの磯か和え	
おやつ	ころころおむすび	冷奴	きゅうりスティック	ころころおむすび	焼きじゃが	ころころおむすび
	午後 しそゼリー	たきこみおむすび	寿司おむすび	枝豆・煮干せんべい	季節のくだもの	茶むすび
日	20	21	22	23	24	25
主食・飲物	5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶
汁	わかめの味噌汁	なすの味噌汁	えのきの味噌汁	かきたま汁	きゃべつの味噌汁	あつあげの味噌汁
主菜	煮魚	魚の南蛮漬け	五目豆	魚のゴマみそ焼き	なすの味噌煮	鶏のくわ焼き
副菜	きゅうりの梅和え	納豆和え	とまとの和え物	カラフルじゃこピーマン	そうめんうりの酢の物	おくらと豆腐のサラダ
おやつ	ころころおむすび	冷やしトマト	ころころおむすび	豆の甘煮	ころころおむすび	煮干せんべい
	午後 南瓜ういろう	のりおむすび	みたらし団子	きなこおむすび	ゆでとうもろこし	梅こぶおむすび
日	27	28	29	30	31	
主食・飲物	5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶	5分つきご飯・麦茶	うめじゃこごはん・麦茶	5分つきご飯・麦茶	
汁	たまねぎの味噌汁	豆腐の味噌汁	もやしの味噌汁	南瓜の味噌汁	具沢山味噌汁	
主菜	肉じゃが	南瓜のそぼろ煮	魚の梅焼き	鶏のごま味噌焼き	魚の照り焼き	
副菜	もやしの酢の物	もずくの酢の物	きゃべつの磯香和え	とまとの酢の物	ひじきと大豆の煮物	
おやつ	ころころおむすび	冷奴	きゅうりスティック	ころころおむすび	焼きじゃが	
	午後 しそゼリー	たきこみおむすび	寿司おむすび	枝豆・煮干せんべい	季節のくだもの	

ごはんは5分つき米です。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→**菌をつけない**（手洗いをしっかりと）
- 菌を増やさない**（調理したものはすぐ食べる）
- 菌をやっつける**（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9日と23日に登場します。お楽しみに！



おいしそうな枝豆がとれたよ！

