

# 8月給食だより

2017.8  
滑川市保育所給食献立作成会  
教育委員会子ども課

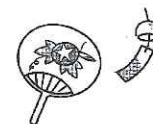
ひ	ようひ	3さいみまん		きゅうしょく						おやつ
		みまんじおやつ	しゅしょく	ないよう						
				からだをつくる(あか)		ちからのもと(き)		ちょうしをととのえる(みどり)		
1	か	ぎゅうにゅう おこさませんべい	ごはん	ハヤシライス ふくしんづけ フルーツサラダ	ふたにく ぎゅうにゅう	なまクリーム ヨーグルト	たまねぎ ピーマン ももかん バナナ	にんじん コーン パインかん	しめじ ふくしんづけ みかんかん	ミルク バームクーヘン
2	すい	ぎゅうにゅう おがき	ごはん	さけのムニエル かぼちゃのあまに ぎゅうりのピクルス みそしる	さけ にぼし	こむぎこ	かぼちゃ にんじん	きゅうり えのき	こまつな	アイスクリーム
3	もく	ぎゅうにゅう ビスケット	ごはん	スクランブルエッグ スティックぎゅうり にくだんご みそしる	たまご ぎゅうにゅう とうふ	ベーコン にくだんご にぼし	じゃがいも たまご	たまねぎ えのき	きゅうり ねぎ	すいか
4	きん	ぎゅうにゅう エビせんべい	パン	そうめん しゅうまい トマト	ささみ かつおぶし しゅうまい	かまぼこ だしこんぶ	そうめん	しいたけ たまねぎ	トマト	ぎゅうにゅう ハムてつりクッキー
5	ど	なつまつり								
7	げつ	ぎゅうにゅう バナナ	ごはん	ハムいりあつたまご ごまあえ すましじる	たまご ちくわ はんぺん だしこんぶ	ハム とうふ かつおぶし	すりごま ふ	ねぎ にんじん	キャベツ きゅうり	まめびよ チーズおがき
8	か	ぎゅうにゅう おととと	ごはん	とりにくからあげ ポイルキャベツ トマト にらたまスープ	とりにく たまご	たまご	かたくりこ	トマト にんじん	キャベツ たまねぎ にら もやし	ぎゅうにゅう とうもろこし
9	すい	ぎゅうにゅう しろいふうせん	パン	なつやさいスパゲティ オレンジ コーンクリームスープ	ふたひきにく ぎゅうにゅう	ムキエビ	スパゲティ	しめじ なす コーン	たまねぎ ピーマン トマト オレンジ	ぎゅうにゅう カルピスゼリー
10	もく	ぎゅうにゅう オレンジ	ごはん	ポークチャップ ブロッコリー トマト コンソメスープ	ふたにく はんぺん	わかめ	こむぎこ	にんじん コーン	たまねぎ ブロッコリー しめじ トマト	ジョア ぱりんこ
12	ど	ぎゅうにゅう	パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセージ	ぎゅうにゅう まんがソーセージ	パン	フルーツ			おちゃ クッキー
14	げつ	ぎゅうにゅう ビスコ	ごはん	うまに ゆかりあえ スマールパン	ふたにく さつまあげ かつおぶし	がんも だしこんぶ	じゃがいも こんにやく	いんげん きゅうり	にんじん ゆかり キャベツ パインかん	ミルク ごまクッキー
15	か	ぎゅうにゅう ハッピーターン	ごはん	さんまのつけまーレードらうみ ジャーマンポテト トマト みそしる	さんま ベーコン にぼし	たまご うすあげ	じゃがいも	トマト にんじん	だいこん たまねぎ えのき もやし	ココアミルク ビスケット
16	すい	ぎゅうにゅう みかんかん	ごはん	ポークビーンズ フレンチサラダ	だいす ローズハム	ふたにく	じゃがいも バター	たまねぎ パセリ とうもろこし	にんじん キャベツ	ホールトマト きゅうり
17	もく	ぎゅうにゅう カルシウムエハス	ごはん	やさしいため ウインナー ワンタンスープ	たまご ふたにく	ウインナー かまぼこ	ワンタン	キャベツ きんぴら ねぎ	ピーマン にんじん もやし	あかパプリカ たまねぎ
18	きん	どうにゅう ほしたべよ	ごはん	ビーフソテー あおなのおひたし みそしる	ふたにく にぼし	じゃこ	ビーフ かたくりこ	キャベツ たまねぎ しめじ	にんじん こまつな にら かぼちゃ	まめびよ バナナ
19	ど	ぎゅうにゅう	パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセージ	ぎゅうにゅう まんがソーセージ	パン	フルーツ			おちゃ クラッカー
21	げつ	ぎゅうにゅう サブシ	ごはん	なつやさいカレー ふくしんづけ サラダ	ふたにく チーズ	じゃがいも	じゃがいも	たまねぎ かぼちゃ ふくしんづけ コーン	にんじん トマト きゅうり	なす いんげん ブロッコリー
22	か	ぎゅうにゅう オレンジ	ごはん	ちくわのいそべあげ おかかあえ やさしいじる トマト	ちくわ あおのり ふたにく トマト	たまご かつおぶし うすあげ	こむぎこ	キャベツ とうがん	もやし しめじ にんじん トマト	ミルク ぼたぼた焼き
23	すい	ぎゅうにゅう フレンチパイ	ごはん	オクラいりマーボ豆腐 ピーナツあえ バナナ	とうふ ふたひきにく		かたくりこ ピーナツこ	ねぎ しいたけ もやし	キャベツ にんじん バナナ	たけのこ オクラ
24	もく	ぎゅうにゅう カルシウムあられ	ごはん	とりにくてりやき キャベツのツナあえ みそしる トマト	とりにく わかめ	ツナ にぼし	じゃがいも	しょうが たまねぎ	キャベツ トマト にんじん	ぎゅうにゅう やさいスティック

ひ	ようひ	3さいみまん		きゅうしょく						おやつ
		みまんじおやつ	しゅしょく	ないよう						
				からだをつくる(あか)		ちからのもと(き)		ちょうしをととのえる(みどり)		
25	きん	ぎゅうにゅう ぱりんこ	ごはん	うめごはん エビフライ スティックぎゅうり すましじる ぶどう	じゃこ えび とうふ かつおぶし	だしこんぶ たまご だしこんぶ	こむぎこ パンこ ふ	うめ きゅうり ぶどう えのきだけ	りんごジュース ケーキ	
26	ど		パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセージ	ぎゅうにゅう まんがソーセージ	パンこ	フルーツ		おちゃ ドーナツ	
28	げつ	ぎゅうにゅう ハーベスト	ごはん	やきざかな ブロッコリー とうがんのそぼろあんかけ トマト	さかな かつおぶし	とりひきにく だしこんぶ	かたくりこ	ブロッコリー トマト とうがん	ココアミルク ゆきのやど	
29	か	ぎゅうにゅう ぶちせんべい	パン	やきそば みそしる スマールパン	ふたにく にぼし	あつあげ	やきそばめん	キャベツ にんじん こまつな パインかん	ぎゅうにゅう クラッカー	
30	すい	ぎゅうにゅう バナナ	ごはん	ベジタブルオムレツ スパゲティソテー やさいスープ	たまご ベーコン	とりひきにく	スパゲティ じゃが芋	にんじん キャベツ コーン にんじん	グリーンピース たまねぎ	ミルク まがりせんべい
31	もく	ぎゅうにゅう どうぶつビスケット	ごはん	ナスとひきにくのみそいため トマト スティックぎゅうり みそしる	とりひきにく わかめ	とうふ にぼし	かたくりこ	なす にんじん きゅうり	いんげん えのきだけ オクラ	たまねぎ   トマト

\*各保育所(園)の状況により、土・日などの献立が変わることがあります。



## 五感を感じる体験をしましょう



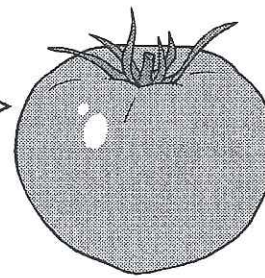
8月は、夏野菜が多く出回ります。旬の夏野菜は栄養価が高く、水分も多く含み、水分補給にも役立ちます。またいろいろもきれいで、子どもたちの五感を養うには、よい食材が揃っています。

五感を刺激することは、脳に伝わる情報量を増やして、脳の発達を促します。食べることはもちろん、例えば家庭菜園での収穫や調理を手伝うことで、食材に触れ、五感を刺激する体験となり、好奇心旺盛な子どもたちにとっては、とっても楽しいものになります。

大人の2倍も敏感だといわれる子どもの味覚を正しく育てるためにも、素材のおいしさが感じられるような薄味を心掛け、五感で味わう習慣をつけましょう。

### 視覚

**見る**  
それぞれの色や形、大きさなどをよく見てみましょう。



### 聴覚

**聞く**  
シャキシャキ、サクサクなど、食べた時の音を聞いてみましょう。

**香り**  
香りをかぎ、食べ物を見ないで、何の食べ物が当ててみましょう。

### 嗅覚

**触る**  
表面の感触やかたさ、重さなどを確かめてみましょう。

### 触覚

**味わう**  
「あまい」「すっぱい」など、いろいろな味を楽しみましょう。

### 味覚

### 家庭菜園の収穫体験で...

家庭での収穫体験ができる場合は、子どもたちに「生きる命」と「育てる命」に感謝することを体験させる機会にもなります。子どもたち自身は、食材によって育ててもらって「生きる命」。それと同じように、自分たちも野菜を通して、「命を育てる」ことができます。食を通して、それぞれの命に感謝する大切さを、親子で話し合えたらよいですね。

8月31日は/

