



# しょくじだよ!



こんにちは、きゅうしょくです。



4月、5月は計画していたイベントが中止になり残念でした。6月から密にならないよう注意しながら少しずつおたのしみを取り入れています。

## ●3日(水) ケロケロランチ



6月恒例のケロケロランチはバターロールパンに具をはさみ、ちくわときゅうりを目に見立ててトッピングしたかわいいランチです。「わあー、かえるだ!」「どこからたべようかな?」子どもたちはおよろこび。午後のおやつのアジサイゼリーも涼しげでこちらも大好評! 笑顔がたくさん見ることができました。



## ●9日(火) くじ屋さん

今年のかじ屋さんは「あたり」の数を増やし、クラスごとくじを引きにきてもらいました。「おおあたり〜!!」カランカランと鐘の音がすると、目を丸くしてびっくりする子、「やったー!」とバンザイする子、ニコニコする子、喜び方はそれぞれでしたがみんなとても嬉しそうでした。



## ●26日(金) ラーメン屋さん

子どもたちからの要望もあり、今年にはラーメン屋さんを開店しました。しょうゆ、みそ、しおの中から好きな味を選びました。スープだけでなく具もそれぞれ違うトッピングにしたので給食室は大忙し! 配膳をしていると「こんなにおいしいラーメンたべたのは、はじめてだ!」年少さんの嬉しい言葉に疲れも吹き飛びました。



## バイキンをやっつけよう!! (食育のお話をしました。)

手をきれいに洗ったつもりでも爪が伸びているとそこにバイキンが入り、病気になってしまいます。爪をきちんと切ってもらおうと約束しました。





# 献立表



令和2年度7月

福)五和会 大津保育園

日	曜	午前のおやつ	クッキング	材料名	3時おやつ
1	水	せんべい 牛乳		米飯 鮭のムニエル マカロニサラダ 五色スープ オレンジ	菓子 お茶
2	木	乳酸菌飲料		米飯 鶏肉のカレー揚げ キャベツのツナサラダ けんちん風みそ汁 パナナ	フルーツパンチ
3	金	ビスケット お茶		<b>雨の子ランチ</b>	ミニドック 自家製飲むヨーグルト
4	土			<b>土曜給食</b>	菓子
6	月	せんべい お茶		米飯 白身魚の南蛮漬け 大豆のポテトサラダ 麩のみそ汁 オレンジ	プリン
7	火	乳酸菌飲料		米飯 鉄ふりかけ しらすとねぎの卵焼き さといもと豚肉の炒め煮 わかめのみそ汁 甘夏みかん缶	ゆでとうもろこし お茶
8	水	ビスケット お茶		米飯 ベーコンコロッケ もやしサラダ キャベツの野菜スープ チーズ	みかん蒸しパン 自家製飲むヨーグルト
9	木	スティック人参 お茶		米飯 肉団子の甘辛煮 切り干し大根のツナマヨ和え 豚汁 ミニゼリー	コーンマヨトースト 牛乳
10	金	せんべい 牛乳		冷やしうどん からあげ フライドポテトの塩昆布和え パナナ	自家製マシュマロヨーグルト
11	土			<b>土曜給食</b>	菓子
13	月	ビスケット お茶		バターロールパン チキン南蛮 いんげんとハムのおかか和え ポークビーンズ 色ゼリー	メープル蒸しパン 牛乳
14	火	乳酸菌飲料		米飯 スコッチエッグ キャベツの胡麻マヨネーズあえ たまねぎのみそ汁 オレンジ	<b>お菓子屋さん</b>
15	水	せんべい 牛乳		夏野菜カレー ハムとらっきょうのサラダ すいか	フルーツカラフル白玉
16	木	枝豆 お茶		米飯 魚の竜田揚げ 納豆サラダ 貝だくさん島田汁 パナナ	麩のラスク 自家製飲むヨーグルト
17	金	ミレーフライ		<b>園外保育</b>	<b>アイス屋さん</b>
18	土			<b>土曜給食</b>	菓子
20	月	乳酸菌飲料		米飯 鶏肉のレモン焼き 大豆とひじきのサラダ 豆腐のみそ汁 パナナ	ドロップクッキー 牛乳
21	火	ビスケット お茶		ひつまぶし ブロッコリーのしらす和え にゅうめん汁 メロン 〈ご当地おすすめメニュー 愛知県県〉 〈土用の丑の日〉	自家製みかんヨーグルト
22	水	せんべい 牛乳		米飯 和風ミートローフ かぼちゃのサラダ ワンタンスープ オレンジ	7月お誕生ケーキ 菓子 紅茶
25	土			<b>土曜給食</b>	菓子
27	月	バナナ お茶		米飯 魚のカレーマヨネーズ焼き いんげんのごまびたし 夏野菜のみそ汁 チーズ	カナッペ 牛乳
28	火	ビスケット 牛乳		五目寿司 若鶏の塩こうじ焼き おかかきゅうり わかめのみそ汁 オレンジ	メロンフルーチェ
29	水	乳酸菌飲料		米飯 きのこソースハンバーグ マゼドアンサラダ キャベツとベーコンのスープ パナナ	白玉クリームゼリー
30	木	せんべい お茶		冷やし中華 ポテトのチーズ焼き メロン	きなこシュガーラスク 自家製飲むヨーグルト
31	金	ビスケット お茶		<b>おたのしみ弁当</b>	コーンカップケーキ 牛乳

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	557	20.8	17.4	188	2.1	177	0.31	0.4	35	4.3	1.9
目標量	575	23	16	260	2.5	212	0.31	0.36	22	3.6	1.6
充足率(%)	97	90	109	72	84	83	100	111	159	119	119
3才未満児	480	16.8	14.1	192	1.8	164	0.27	0.38	33	3.6	1.6
目標量	462	18.5	12.8	212	2.3	188	0.25	0.28	20	3.3	1.5
充足率(%)	104	91	110	91	78	87	108	136	165	109	107

\*都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

## ご当地おすすめメニュー

今月で3回目のご当地おすすめメニュー。毎月おすすめメニューのお話を調理員が放送して子どもたちに聞いてもらっています。7月はみなさんご存知の愛知県のひつまぶしです。おうちでもどんなお話だったか聞いてみてくださいね。

## おたのしみ弁当 7月31日(金)

給食で作ったごはんやおかずを持参したお弁当箱に  
 自分で詰めます。毎月お楽しみ弁当の日があります  
 ので、忘れないよう空のお弁当箱を包みに入れて  
 持たせて下さい。お弁当箱に詰めると色々な所に行  
 って食べる楽しさがあります。  
 (ふじ・つばき・さくら・うめ)