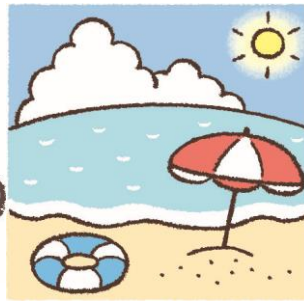




# こんだてひょう



社会福祉法人 大和福祉会  
大和保育園

夏野菜がおいしい時期になりました。園庭でとれたキュウリ、ナス、オクラ、ピーマン、ミニトマトなど沢山の夏野菜を子供たちが嬉しそうに給食室まで持ってきてくれます。持ってきてくれた野菜は調理して給食の時に出示しています。

子どもたちには、水やりや収穫などを通して自然の生命力の大切さを知ってもらうことで偏食の改善につながることも願い、感謝の気持ちをもって食事を味わってほしいと思います。

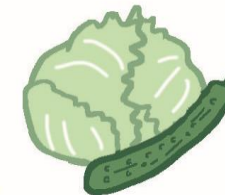
	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	とようび
昼食	1 五目おから煮 ピーマンのツナ和え 味付け海苔	2 夏野菜ハヤシライス コールスロー 果物	3 ☆お誕生会☆ チャーハン 南瓜コロッケ 卵サラダ わかめスープ・果物	4 そうめんチャンフルー クーフイリチー トマト	5 親子煮 ゴママヨ和え 果物	
おやつ	牛乳 ちんすこう	牛乳 ココアトースト	牛乳 スイカ風蒸しパン	牛乳 果物	牛乳 お菓子	
昼食	7 ☆クッキング保育☆ タンドリーチキン シーザーサラダ風 オニオンスープ	8 ジャージャー麺 胡瓜とじゃこの 中華和え 果物	9 煮魚 ひじきのハリハリ 和風サラダ きのこのすまし汁	10 ポップコーンチキン フレンチサラダ 洋風かきたま汁	11 山の日	12 八宝菜 春雨サラダ 果物
おやつ	牛乳 ホットケーキ	牛乳 金時豆煮・えびせん	牛乳 ポップコーン	牛乳 果物	牛乳 お菓子	
昼食	14 お弁当	15 お弁当	16 お弁当	17 アジのカレームニエル 海藻サラダ パプリカのポタージュ	18 竹輪の磯辺揚げ 胡瓜のゆかり和え もずくスープ	19 鶏じゃが 和風サラダ 果物
おやつ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お麩ラスク	牛乳 果物	牛乳 お菓子
昼食	21 オムレツのミートソースかけ キャベツとトマトの ゴマサラダ ミルクスープ	22 鯖のミルク味噌煮 ピーナッツ和え 村雲汁	23 ビーンズカレー マカロニサラダ 果物	24 フィッシュマヨ ドレッシングサラダ ミネストローネ	25 太平燕 味噌マヨ和え 果物	26 南瓜のどぼろ煮 フレーク和え トマト
おやつ	牛乳 安倍川マカロニ	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳 おかかチーズおにぎり	牛乳 さつま芋の蛸揚げ	牛乳 牛乳プリン	牛乳 お菓子
昼食	28 ヤンニョムチキン風 三色ナムル ニラ玉スープ	29 魚のコーン マヨネーズ焼き 野菜の海苔和え けんちん汁	30 芋のかき揚げ あらめの炒め煮 夏野菜味噌汁	31 麻婆豆腐 三色酢の物 果物		
おやつ	牛乳 果物	牛乳 フローズンヨーグルト	牛乳 マシュマロサンド	牛乳 白桃ゼリー		

## すごいぞ！夏野菜

夏野菜には、暑い夏を元気に過ごすためのパワーがつまっています。それぞれの効能を意識していっぱい食べましょう。

キュウリ・レタス  
など  
体の余分な熱をとる。

パプリカ・ナス  
など  
ミネラルや  
ビタミンが豊富。



トマト



日焼けした肌を回復させる。

お知らせ  
☆☆お誕生会は3日です☆☆

月組、桃組、桜組は、  
コップとお箸の日です。  
お弁当は要りません。

