

日付	献立名	材料名	おやつ
1月	ツナマトリソット かぼちゃサラダ フルーツヨーグルト	牛乳、/米、ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、食塩、砂糖、じゃがいも、/かぼちゃ、きゅうり、食塩、/ヨーグルト(無糖)、砂糖、みかん缶、バナナ、/牛乳、/しょうゆせんべい、	牛乳 せんべい
2火	コーン粥 鶏肉の照り煮 パスタサラダ 野菜スープ バナナ	牛乳、/米、食塩、/鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、トマト、/スパゲティ、きゅうり、キャベツ、にんじん、食塩、/じゃがいも、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、食塩、/バナナ、/牛乳、/片栗粉、水、黒砂糖、きな粉、砂糖、食塩、/しょうゆせんべい、	牛乳 黒糖わらび餅 せんべい
3水	肉みそうどん いんげんの煮物 ゆでとうもろこし バナナ	牛乳、/干しうどん、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、淡色みそ、しょうゆ、砂糖、食塩、片栗粉、きゅうり、/いんげん、にんじん、しょうゆ、/とうもろこし、/バナナ、/牛乳、/米、しらす干し、しょうゆ、かつお節、あおりの、	牛乳 じゃこ粥
4木	菜粥 鶏肉のおろし煮 じゃが芋炒め煮 麩のみそ汁 すいか	牛乳、/米、こまつな、食塩、/鶏むね肉、片栗粉、だいこん、かつおだし汁、しょうゆ、なす、/じゃがいも、にんじん、ピーマン、食塩、/焼む、かつおだし汁、淡色みそ、/すいか、/牛乳、/小麦粉、ベーキングパウダー、卵、牛乳、油、砂糖、	牛乳 蒸しパン
5金	お粥 厚揚げのケチャップ煮 にんじんのナムル とうがんスープ なし	牛乳、/米、/生揚げ、豚肉(肩ロース)、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、ケチャップ、食塩、片栗粉、/にんじん、カットわかめ、しょうゆ、/とうがん、はるさめ、食塩、/なし、/牛乳、/ほうれんそう、ホットケーキ粉、バナナ、無塩バター、砂糖、卵、牛乳、	牛乳 バナナケーキ
8月	お粥 鶏肉のケチャップ煮 ツナサラダ 野菜のスープ プチゼリー	牛乳、/米、/鶏むね肉、食塩、小麦粉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャップ、/きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、食塩、/じゃがいも、たまねぎ、食塩、/ゼラチン、水、砂糖、/牛乳、/クラッカー、いちごジャム、	牛乳 クラッカー サンド
9火	マーボー豆腐丼 はるさめサラダ 白菜のスープ バナナ	牛乳、/米、木綿豆腐、豚ひき肉、こまつな、にんじん、しょうゆ、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖、片栗粉、/はるさめ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、砂糖、/はくさい、食塩、/バナナ、/牛乳、/さつまいも、	牛乳 焼きいも
17水	お粥 鶏の照り煮 和風サラダ 豆腐汁 バナナ	牛乳、/米、/鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ、/木綿豆腐、食塩、/バナナ、/牛乳、/ロールパン、いちごジャム、	牛乳 ジャムパン
18木	冷やしうどん 蒸し芋 ヨーグルト	牛乳、/ゆでうどん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、にんじん、鶏ささ身、きゅうり、/さつまいも、食塩、/ヨーグルト(加糖)、/牛乳、/米、もち米、水、きな粉、砂糖、食塩、	牛乳 きな粉粥
19金	とりそばろ粥 煮魚 小松菜の煮物 大根の煮物風汁	牛乳、/米、鶏ひき肉、砂糖、しょうゆ、あおりの、/かれない、食塩、/なめたけ、こまつな、にんじん、/だいこん、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、食塩、片栗粉、/牛乳、/みかん缶、メロン(緑肉)、ゼラチン、水、砂糖、/しょうゆせんべい、	牛乳 フルーツゼリー せんべい
22月	にんじん粥 鶏肉のケチャップ煮 キャベツのツナサラダ チンゲン菜のクリーム煮 メロン	牛乳、/米、にんじん、/鶏もも肉、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/キャベツ、にんじん、ツナ油漬缶、食塩、/チンゲンサイ、たまねぎ、クリームコーン缶、豆乳、食塩、片栗粉、/メロン(緑肉)、/麦茶(浸出液)、/牛乳、水、片栗粉、砂糖、きな粉、	麦茶 牛乳もち
23火	お粥 肉じゃが キャベツの磯煮 だいこんのみそ汁 バナナ	牛乳、/米、/豚肉(肩ロース)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、/キャベツ、にんじん、しょうゆ、あおりの、/だいこん、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/バナナ、/牛乳、/ほうれんそう、小麦粉、無塩バター、砂糖、卵、	牛乳 ほうれん草 クッキー
24水	お粥 鶏肉の照り煮 小松菜の納豆和え かぼちゃのみそ汁	牛乳、/米、/鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/こまつな、にんじん、挽きわり納豆、しょうゆ、かつお節、/かぼちゃ、なす、ねぎ、煮干しだし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/牛乳、/小麦粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、食塩、つぶしあん(砂糖添加)、	牛乳 あずき 蒸しパン
25木	お粥 鮭のトマトクリーム煮 きゅうりのサラダ チキンスープ なし	牛乳、/米、/さけ、食塩、たまねぎ、しいたけ、トマト、食塩、こしょう、牛乳、/きゅうり、にんじん、食塩、/鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、食塩、/なし、/牛乳、/かぼちゃ、小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター、砂糖、卵、牛乳、	牛乳 かぼちゃ ケーキ
26金	野菜うどん じゃが芋煮 きゅうりのサラダ りんごジュース	牛乳、/干しうどん、豚肉(ばら)、キャベツ、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、しょうゆ、食塩、/じゃがいも、食塩、/きゅうり、かつお・昆布だし汁、食塩、/りんご天然果汁、/牛乳、/米、しらす干し、しょうゆ、かつお節、焼きのり、/水、砂糖、	牛乳 おかか粥 チューベットアイス
29月	なすミートスパゲティー キャベツのサラダ じゃが芋とズッキーニスープ すいか	牛乳、/マカロニ・スパゲティ、なす、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、トマトピューレ、砂糖、食塩、/キャベツ、きゅうり、ツナ油漬缶、食塩、/じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ズッキーニ、食塩、/すいか、/牛乳、/米、さけ、	牛乳 鮭粥
30火	お粥 豆腐バーグ にんじんサラダ 納豆と野菜のみそ汁	牛乳、/米、/鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、食塩、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、食塩、片栗粉、/きゅうり、にんじん、食塩、/挽きわり納豆、木綿豆腐、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/牛乳、/さつまいも、砂糖、粉かんでん、水、	牛乳 さつま芋 ようかん
31水	ツナリソット 鶏肉の照り煮 大豆のサラダ キャベツのスープ 野菜ジュース	牛乳、/米、ツナ油漬缶、たまねぎ、にんじん、ピーマン、食塩、/鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/ゆで大豆、ごま油、きゅうり、赤ピーマン、しょうゆ、砂糖、食塩、/キャベツ、にんじん、さやえんどう、食塩、/野菜ミックスジュース、/牛乳、/マカロニ・スパゲティ、きな粉、砂糖、食塩、	牛乳 マカロニきな粉

【食育通信】

7月は畑のきゅうりやトマト、ピーマンなどの野菜が一気に育ち、みんなで掘ったじゃが芋など、採りたての野菜を給食に出しました。また幼児クラスでは、とうもろこしの皮むきのお手伝いをしてもらいました。皮何枚あるかな?ひげと同じ数だけ粒があるんだよ。みんながお店で選ぶときはひげが多くて太っちょのものを選んでみてね。と話をしました。皮を剥くみんなの顔は真剣。黄色いつぶつぶが見えると『むけた〜!!』『きれいにむけたよ〜!!』と嬉しそうに教えてくれました。小さな手先はとっても器用♪楽しんでくれてくれたお手伝い、これからもお願いしたいと思います。



ピザパト★クッキング〜そうじ組・きりん組〜

みんなずっと楽しみにしていた様子♪ クッキング当日、時間に教室に行くとエプロン、三角巾とマスク姿で静かに席について、準備万端!! じゃが芋、たまねぎ、ピーマンはゆいのUFARMで採れたものを使い、野菜を洗ったり、皮を剥いたり、自たちでできることは自分たちでやります。蒸したじゃが芋に、ケチャップを塗ってたまねぎとピーマンをのせる。この時点で具たくさん。それからソーセージ、チーズをのせました。じゃが芋から臭い落ちないように集中して盛る姿。そんな中で『せんせい、まいにちこんな楽しいことしてるんだね〜♪』なんて声も聞こえてきました。『作ることが楽しい』と感じられ、興味をもって取り組んでいることに嬉しくなった瞬間でした。そうじ組さんは包丁を使って、ソーセージを切る作業にも挑戦!! 前日におもちゃの包丁で練習したソーセージを押さえる手は『ネコのでちゃん』で上手に切れました! ホットプレートにじゃが芋を並べて、待つこと15分。『いい匂いしてきて〜!!早く食べたい〜!!』自分たちで作ったおやつはいつもの倍、美味しかったのでしょう! お友だち同士で『おいしいね、まいにちこのおやつがいいね、たまねぎはちょっとからいね』などの会話あり、おかわりもたくさんして、大成功に終わりました。収穫から洗って、切って盛り付けて、できあがりの時間を待つ。できあがりまでの工程の中で五感で感じる、協力して楽しむ♪時間になりました。『おうちでも おてつだいしてる〜』との声も数名ありました。夏休み時間がある際は、是非親子クッキングしてみてください! 次回の収穫はさつま芋ですね〜