

幼児きゅうしょくたより

園献立

日曜	献立	主食	おやつ
1 土	親子うどん, オレンジ	めん	
2 日			
3 月	ドライカレー, きゅうりの黒ゴマサラダ, スープ	ごはん	ホットケーキ
4 火	冬瓜の炒め物, シュウマイ, ワカメスープ	ごはん	ピンキーパン
5 水	お弁当の日		スティックパン
6 木	からあげ, フレンチサラダ, みそ汁	ごはん	ジャムサンド
7 金	肉じゃが, 納豆, みそ汁	ごはん	おにぎり
8 土	カレーうどん, バナナ	めん	
9 日			
10 月			
11 火	豚肉と豆腐のうま煮, みそ汁	ごはん	ゼリー・菓子
12 水	焼豚チャーハン, スープ	ごはん	プリン・菓子
13 木	ひじきご飯, みそ汁	ごはん	ヨーグルト・菓子
14 金	ハヤシライス, きゅうりの変わり漬け	ごはん	ゼリー・菓子
15 土	お弁当		
16 日			
17 月	親子焼き, ごま和え, 納豆, みそ汁	ごはん	ふかし芋
18 火	カレーライス, フルーツポンチ	ごはん	アメリカンドッグ
19 水	グラタン, ゆかりご飯, キャベツのスープ, オレンジ	ごはん	そうめん
20 木	高野豆腐のそぼろご飯, ひじきサラダ, みそ汁	ごはん	ジャムサンド
21 金	麻婆茄子丼, きゅうりの変わり漬け, スープ	ごはん	小倉蒸しパン
22 土	肉うどん, ヨーグルト和え	めん	
23 日			
24 月	かじきステーキ, ごま和え, 納豆, みそ汁	ごはん	マスカルポーネパン
25 火	三色ごはん, かぼちゃの甘煮, すまし汁, 一口ゼリー	ごはん	フルーツサンデー
26 水	豚肉のしょうが焼き, ミニトマト, みそ汁	ごはん	ジャムサンド
27 木	ミートスパゲッティ, キャベツとパインのサラダ, スープ	めん	おにぎり
28 金	五目鶏ごはん, ゆかり和え, かき玉汁	ごはん	そうめん
29 土	親子うどん, バナナ	めん	
30 日			
31 月	和風ピラフ, みかんときゅうりのゴマ酢和え, スープ	ごはん	黒糖入りわらびもち

夏野菜を収穫しました

♪食育クイズ♪

園では各家で畑を耕し、夏野菜の栽培に取り組みました。何を植えよう？

スイカ、なす、きゅうり、おくら、ピーマンなど各家様々です。

大きくなった！もう食べられる？ 子ども達も嬉しそう。収穫した野菜は各家でそのまま食べたり、ホットプレートで焼いたりしていただきます。苦手な野菜もこのときだけは美味しい！

時には給食にもおすそ分けを頂きます。

Q. 次のうち海草でないのはどれ？

- ①わかめ ②ひじき ③きくらげ

A. 正解は③ (きくらげはきのこ類です。)

※普段食べられているのは主に乾燥したもので中華料理などに使われますが、日本では夏に生きくらげが収穫されています。