



令和8年度

8がつこんだてひょう

綾東こども園

日(曜日)	きゅうしょく	体をつくる	エネルギー	調子を整える	おやつ	ざいりょう
3(月)	ぶたにくのカレーソテー キャベツのごまサラダ コンソメスープ	豚肉 ハム ウインナー	油 砂糖 ごま じゃが芋 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 ねぎ しめじ 大根	おかし バナナ ぎゅうにゅう	おかし バナナ 牛乳
4(火)	にくどうふ きゅうりのすのもの なっとう	牛肉 豆腐 かまぼこ 納豆	油 砂糖 こんにやく	玉ねぎ 人参 ごぼう いんげん しめじ きゅうり キャベツ	おかし スイカ ぎゅうにゅう	おかし スイカ 牛乳
5(水)	とりにくのしおやき もやしのあおじそサラダ みそしる	鶏肉 油揚げ ちくわ 豆腐 わかめ みそ	油 砂糖	もやし きゅうり 青じそ 人参 コーン 玉ねぎ ねぎ しめじ	おかし スティックゼリー ぎゅうにゅう	おかし スティックゼリー 牛乳
6(木)	さかなのみそに きりぼしだいこんのものにもの かぼちゃのてんぷら すましじる	魚 みそ 豆腐 油揚げ	油 砂糖 かぼちゃ	人参 切干大根 いんげん えのき ねぎ キャベツ 玉ねぎ	きなこマカロニ ぎゅうにゅう	マカロニ きなこ 砂糖 牛乳
7(金)	ジャージャーめん ブロッコリーのツナサラダ わかめスープ	豚ミンチ肉 ツナ みそ わかめ	油 砂糖 中華麺 マヨネーズ	人参 玉ねぎ ピーマン ねぎ ブロッコリー コーン もやし えのき	フルーツポンチ ぎゅうにゅう	カルピス 寒天 みかん缶 ジュース 牛乳
10(月)	チキンカレー わふうサラダ オレンジ	鶏肉 ちくわ	じゃが芋 油 砂糖	玉ねぎ 人参 ピーマン ほうれん草 キャベツ オレンジ	おかし チューベツ ぎゅうにゅう	おかし チューベツ 牛乳
12(水)	おべんとうのひ				おかし ぎゅうにゅう	おかし 牛乳
17(月)	ハヤシライス はるさめのちゅうかサラダ チーズ	牛肉 鯉節 ハム チーズ	油 砂糖 春雨	人参 玉ねぎ しめじ グリンピース ほうれん草 コーン	おかし オレンジ ぎゅうにゅう	おかし オレンジ 牛乳
18(火)	にくじゃが キャベツのしおこんぶあえ バナナ	豚肉 塩昆布	油 砂糖 糸こんにやく じゃが芋	人参 玉ねぎ グリンピース しめじ キャベツ 人参 きゅうり オレンジ	おかし スティックゼリー ぎゅうにゅう	おかし スティックゼリー 牛乳
19(水)	さかなのうめしそやき ひじきのにもの とんじる	魚 ひじき 油揚げ みそ 豆腐 大豆 豚肉	油 砂糖 ひじき こんにやく	梅干し 青じそ 人参 ごぼう キャベツ えのき ねぎ	ピザ ぎゅうにゅう	ベーコン チーズ ピーマン 強力粉 牛乳
20(木)	かんばやしじどりのからあげ あえもの すましじる	鶏肉 ちくわ 油揚げ 豆腐	油 砂糖 小麦粉	人参 青梗菜 もやし 玉ねぎ しいたけ ねぎ	ヨーグルト おかし	ヨーグルト おかし
21(金)	ひじきいりつくね ブロッコリーのおかかあえ みそしる	鶏ひき肉 鯉節 油揚げ 豆腐	油 砂糖	玉ねぎ ブロッコリー 人参 えのき ねぎ 玉ねぎ	マフィン ぎゅうにゅう	小麦粉 砂糖 BP 卵 牛乳
24(月)	やきとりどん はるさめのいそあえ けんちんじる	鶏肉 のり 豆腐 油揚げ	油 砂糖 じゃが芋 春雨 こんにやく	玉ねぎ ねぎ ほうれん草 キャベツ ごぼう 大根 人参	おかし チューベツ ぎゅうにゅう	おかし チューベツ 牛乳
25(火)	ブルコギふう ほうれんそうのナムル たまごスープ	牛肉 ツナ 卵 わかめ	油 砂糖	玉ねぎ 人参 キャベツ にら ほうれん草 もやし ねぎ えのき 大根	ジャムサンド ぎゅうにゅう	食パン ジャム 牛乳
26(水)	さかなのごまさくさくやき うめサラダ みそしる	魚 ベーコン みそ 油揚げ 豆腐 わかめ	ごま パン粉 マヨネーズ	梅干し 切干大根 人参 きゅうり ねぎ 玉ねぎ	おさかなゼリー おかし ぎゅうにゅう	寒天 シロップ 牛乳
27(木)	ぎせいとうふ もやしのあまずあえ ひやしうめんじる	鶏ひき肉 卵 ちくわ	砂糖 そうめん	人参 しいたけ きゅうり もやし ねぎ	おかし オレンジ ぎゅうにゅう	おかし オレンジ 牛乳
28(金)	てづくりパン ビーンズいりミネストローネ おおばいりコールスローサラダ チーズ	豚肉 大豆 ハム 牛乳	じゃが芋 油 砂糖 強力粉 マカロニ	人参 玉ねぎ しめじ きゅうり キャベツ コーン 青じそ	フルーツヨーグルト	ヨーグルト みかん バナナ
31(月)	なつやさいカレー エビフライ げんきなサラダ	牛肉 エビフライ ツナ	油 砂糖 かぼちゃ マヨドレ	人参 ピーマン なす 玉ねぎ キャベツ コーン ほうれん草	プリン おかし ぎゅうにゅう	プリン おかし 牛乳

・材料購入の都合によっては変更させていただくことがあります。

コップはまいにち持って来てください。

・お弁当の日のごはんとおかずを入れて持って来てください。また、お箸とコップを持って来てください。

←鶏のマークがついているメニューの時は上林地鶏を使用しています。

←絵本に出てくる料理やおかしを提供します

今月の絵本は『きんぎょがにげた』です





令和8年度
綾東こども園

今年も激しい暑さが毎日続いています。

夏は体力消耗の激しい季節で子供たちの食欲も落ちてきます。

バランスの良い食事と、休養、睡眠を心がけて暑い夏に負けないように過ごしましょう。

夏野菜を味わっています



毎日のように「野菜がとれました！」と元気な子どもたちの声が給食室に響き渡っております。

園庭の畑で、「地域の農業先生」指導のもと、子どもたちが育てて収穫した夏野菜を、給食室に持ってきてくれます。

今年育てている夏野菜は、きゅうり、トマト、オクラ、ピーマン、とうもろこし、青じそ、赤じそです。収穫した野菜は食べやすい大きさに切ってそのままいたり、給食で使わせてもらっています。



ピーマンをちぎりました

7月に園庭で育てたピーマンを、ぱんだ組さんが、手で種を出し、一口サイズにちぎってもらいました。

「種がすごくたくさんある！」「種の色が白色と茶色がある」など、ピーマンに触れて、驚きや面白さを実感していました。

そのピーマンを使い、ピーマンのおかか炒めを作り、給食と一緒に提供しました。

ピーマンは苦手な子どもも多いですが、食べた子どもたちは「おいしかった」「少し苦いけど食べられた」とピーマンのおいしさに気づいた子どももいました。

8月の絵本給食

おやつ「おさかなゼリー」



8月は『きんぎょがにげた』からおさかなゼリーを提供します。

金魚鉢からきんぎょがにげた！いったいどこに逃げたのでしょうか。

きんぎょは見つけたそばからあちこちにげて、上手に隠れるのです。

見つけられるかな？