



# 8月 給食献立表



築港ちどり保育園 平成28年8月1日

日	曜	3歳未満児 10時のおやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	月	牛乳 コーンフレーク	高野豆腐の五目煮・切干大根の酢の物・手作りふりかけ・ウインナー	牛乳 果物の盛り合わせ
2	火	牛乳 かにぼん	鶏肉の中華風照り煮・ひじきとちりめんの中華サラダ・そうめん汁	牛乳 ポップコーン
3	水	牛乳 アンパンマンビスケット	ちくわの変わり揚げ・野菜の含め煮・小魚ごま風味	牛乳 米粉のもちもちケーキ
4	木	牛乳 クラッカー	鮭のレモン風味焼き・ゴーヤ入りチャンプルー・おくらのみそ汁・オレンジ	牛乳 小魚・プリッツ
5	金	牛乳 ハードビスケット	夏野菜のカレーシチュー・フレンチサラダ・ゆでたまご	牛乳 プチケーキ
6	土	牛乳 ビスケット	ぶっかけうどん・バナナ	牛乳 ビスケット
8	月	牛乳 シガーフライ	マーボー豆腐・ナムル・ししゃもフライ	牛乳 シュガーサンド
9	火	牛乳 バナナ	さわらの照焼き・五目あえ・すまし汁	牛乳 くずもち
10	水	牛乳 カルケット	豚肉と野菜のトマト煮・ブロッコリーの塩ゆで・豆腐ナゲット	牛乳 きなこクッキー
12	金	牛乳 ハードビスケット	鶏飯・かきたま汁・すいか	牛乳 まがりせんべい
13	土	牛乳 ビスケット	焼きそば・バナナ	牛乳 ビスケット
15	月	牛乳 ビスケット	お弁当の日	牛乳 ビスケット
16	火	牛乳 こんがりさくさく	かぼちゃとなすのチーズ焼き・野菜スープ・トマト	牛乳 ミックスフルーツ
17	水	牛乳 アンパンマンビスケット	ちくわの変わり揚げ・野菜の含め煮・小魚ごま風味	牛乳 米粉のもちもちケーキ
18	木	牛乳 クラッカー	鮭のレモン風味焼き・ゴーヤ入りチャンプルー・おくらのみそ汁・オレンジ	牛乳 じゃが芋のキッシュ風
19	金	牛乳 ハードビスケット	夏野菜のカレーシチュー・フレンチサラダ・目玉焼き	牛乳 チーズ・ソルトサブレ
20	土	牛乳 ビスケット	スパゲティナポリタン・バナナ	牛乳 ビスケット
22	月	牛乳 コーンフレーク	マーボー豆腐・ナムル・トマト	牛乳 シュガーサンド
23	火	牛乳 バナナ	さわらの照焼き・五目あえ・すまし汁	牛乳 ポップコーン
24	水	牛乳 カルケット	豚肉と野菜のトマト煮・とうがんとキャベツのサラダ・豆腐ナゲット	牛乳 焼きそば
25	木	牛乳 クラッカー	豚肉のごまみそ焼き・千草あえ・小魚のり味	牛乳 きなこクッキー
26	金	牛乳 ハードビスケット	ぱくぱく丼・もずくスープ・パイン缶	牛乳 原宿ドック
27	土	牛乳 ビスケット	ぶっかけうどん・バナナ	牛乳 ビスケット
29	月	牛乳 シガーフライ	筑前煮・キャベツのサラダ・おくら納豆	牛乳 ベジータケーキ
30	火	牛乳 かにぼん	鮭のムニエルトマトソースかけ・ごまドレッシングサラダ・わかめスープ・オレンジ	牛乳 アイスクリーム
31	水	牛乳 アンパンマンビスケット	みそけんちん汁・キャベツの磯あえ・焼きのり・ウインナー	牛乳 チーズ入り蒸しパン



## ～熱中症を予防しよう～

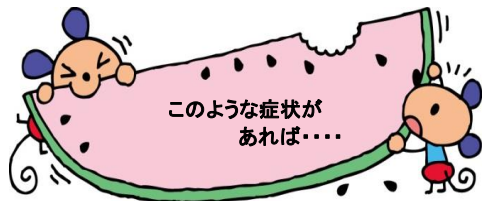


熱中症は気温などの環境条件などでなく、人間の体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。気温がそれほど高くない日でも、湿度が高い・風が弱い日や、体が暑さに慣れていない時は注意が必要です。

### ●こんな日は熱中症に注意



### ●熱中症の予防



### お知らせ

すずらん・ひまわり・さくら組は、5日(金)までに、お米を2合(300g) 持って来て下さい。袋には必ず、クラス名と名前を記入してください。ごはん忘れの方は、お米を60g 持って来て下さい。

- \* 手足がしびれる
- \* めまい、立ちくらみがある
- \* 気分が悪い、ぼーっとする
- \* 筋肉のこむら返りがある(痛い)
- \* 頭がガンガンする(頭痛)
- \* 吐き気がする・吐く
- \* 体がだるい(倦怠感)

涼しいところで一休み。冷やした水分・塩分を補給しましょう。衣服をゆるめ、体を積極的に冷やしましょう。

誰かがついて見守り、良くならなければ、病院へ。