



# 8月 給食献立表

築港ちどり保育園 平成29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	火	牛乳 ハードビスケット	高野豆腐の五目煮・切干大根の酢の物・すいか・おくら納豆	3未小魚甘辛 牛乳 3上小魚アーモンド うす焼きサラダ
2	水	牛乳 ぱくっとサンド	鶏肉の中華風照り煮・ひじきとちりめんの中華サラダ・トマト	牛乳 お好み焼き
3	木	牛乳 バナナ	鮭のレモン風味焼き・ゴーヤ入りチャンプルー・そうめん汁	牛乳 ごまクッキー
4	金	牛乳 麦ふぁ〜	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 つぶつぶベジタブル
5	土	牛乳 ビスケット	冷麺・バナナ	牛乳 ビスケット
7	月	牛乳 カットパン	厚揚げの和風あんかけ・かぼちゃのみそ汁・トマト・オレンジ	牛乳 ミニココアメロンパン
8	火	牛乳 コンガリサクサク	さわらの照焼き・キャベツとコーンの和え物・刻み昆布のじゃこ煮	牛乳 たこやきスナック
9	水	牛乳 クラッカー	豚肉と夏野菜のトマト煮・とうがんときゅうりのサラダ・ウインナー	牛乳 さわやかゼリー
10	木	牛乳 ソフトカステラ	鶏肉のマリネ・スパゲティソース・グリーンポテト	牛乳 野菜のキッシュ風
12	土	牛乳 ビスケット	ミートスパゲティ・バナナ	牛乳 ビスケット
14	月	牛乳 ビスケット	お弁当の日	牛乳 ビスケット
15	火	牛乳 ハードビスケット	焼きうどん・バナナ	牛乳 星たべよ
16	水	牛乳 ぱくっとサンド	鶏肉の中華風照り煮・ひじきとちりめんの中華サラダ・トマト・パイン缶	牛乳 お好み焼き
17	木	牛乳 ソフトカステラ	鮭のレモン風味焼き・ゴーヤ入りチャンプルー・おくら納豆	牛乳 ごまクッキー
18	金	牛乳 麦ふぁ〜	夏野菜のカレーシチュー・フレンチサラダ・目玉焼き	牛乳 小魚・ココナッツサブレ
19	土	牛乳 ビスケット	冷麺・バナナ	牛乳 ビスケット
21	月	牛乳 カットパン	みそけんちん汁・きゅうりのゆかり和え・豆腐ナゲット	牛乳 ミニココアメロンパン
22	火	牛乳 コンガリサクサク	さわらの照焼き・キャベツとコーンの和え物・刻み昆布のじゃこ煮	牛乳 たこやきスナック
23	水	牛乳 クラッカー	豚肉と夏野菜のトマト煮・とうがんときゅうりのサラダ・ウインナー	牛乳 豆乳もち
24	木	牛乳 バナナ	鶏肉のマリネ・スパゲティソース・グリーンポテト	牛乳 チーズ入り蒸しパン
25	金	牛乳 麦ふぁ〜	ぱくぱく丼・もずくスープ・オレンジ	牛乳 アイスクリーム
26	土	牛乳 ビスケット	焼きうどん・きゅうりとわかめの酢の物・バナナ	牛乳 ビスケット
28	月	牛乳 カットパン	豚肉の生姜炒め・焼きかぼちゃ・もずく入りすまし汁・手作りふりかけ	牛乳 ジャムサンド
29	火	牛乳 ハードビスケット	鮭のコーンフレーク焼き・ごまドレッシングサラダ・トマト	牛乳 星たべよ
30	水	牛乳 ぱくっとサンド	筑前煮・ピーマンのおかかえ・小魚ごま風味	牛乳 ベジータケーキ
31	木	牛乳 ソフトカステラ	厚揚げのそぼろ炒め・キャベツとツナの和え物・とうがのみそ汁	牛乳 チーズ・うす焼きサラダ



すずらん組、ひまわり組、さくら組の保護者の方へ  
ご飯忘れの方は、お米を60g持って来てください。よろしくお願いいたします。

## 熱中症 に注意

### ～熱中症を予防しよう～

熱中症は気温などの環境だけでなく、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。

#### ●熱中症予防のポイント

子どもの異変に敏感になる

顔が赤く、ひどく汗をかいている場合は、涼しい場所で十分な休息を取らせましょう。

外出時は照り返しに注意

子どもは照り返しの影響を大人より受けることを常に意識しましょう。ベビーカーは、地面からの位置が高いものを選ぶと、照り返しの影響を受けにくくなります。

服装を選ぶ

意識的に涼しい服を着せるようにしましょう。暑さに応じて脱ぎ着するようにしましょう。

水をこまめに飲ませる

水分補給は熱中症予防の基本中の基本。水筒やペットボトルを持ち歩かせましょう。

日頃から暑さに慣れさせる

適度に運動させ、暑さに強い体を作りましょう。本格的に暑くなる前から運動することが大切です。いつもエアコンの効いた部屋にいて汗をかかずにいると、暑さに弱くなります。

絶対に、車内に子どもを置き去りにしない

ちょっとした間だけだからと油断せず、常に一緒にいてあげる心配りを忘れずに。