



8月 予定献立表



令和 8年 7月30日発行
幼児連携型認定こども園
ことども園ひがしどおり
縄貫 木村 千里

日付	曜日	献立名	未満児	おやつ		エネルギー
				午前 (3歳未満児)	午後 (全園児)	
1	土	高野豆腐のそぼろ丼 切り干し大根の中華和え わかめとえのきののみそ汁	かぼちゃのマヨ和え	フルーツ	ポリンキー 牛乳	535kcal
2	日					
3	月	ホッケの塩焼き 小松菜のからし和え せんべい汁	ひきわり納豆	フルーツ	ぼたぼた焼き 牛乳	502kcal
4	火	手作りミートソーススパゲティ カミカミサラダ えだまめ わかめスープ ビーチゼリー	スティックチーズ	フルーツ	手作りチョコチップクッキー・えびせんべい牛乳	産生会
5	水	マーボー丼 わかめときゅうりのサラダ なすと玉ねぎのみそ汁	紅白煮	フルーツ	手作り フルーツヨーグルト	408kcal
6	木	メンチカツ 五目なます 小松菜とえのきののみそ汁	フライドポテト	フルーツ	ぱりんこ ヤフワ	521kcal
7	金	ハヤシライス プロッコリーサラダ スイカ	八杯汁	ぶどうジュース	ハッピーターン 牛乳	プール納め
8	土	鶏の照り焼き つくも煮 豆腐こらののみそ汁	スティックきゅうり	フルーツ	エアリアル 牛乳	617kcal
9	日					
10	月	照焼き/ハンバーグ はるさめサラダ じゃがいもわかめのみそ汁	さつま煮	フルーツ	食べっこ水族館 牛乳	568kcal
11	火	鯉の塩焼き 小松菜と油揚げのおひたし さつま汁	山の日			500kcal
12	水	鯉の塩焼き 小松菜と油揚げのおひたし さつま汁	手作りふりかけ	フルーツ	雪の雫 牛乳	503kcal
13	木	温そらめん 夕顔の含め煮 えだまめ	ナポリタン炒め	フルーツ	ハーベストバター 牛乳	449kcal
14	金	モロヘイヤ納豆 厚揚げと根菜煮 玉ねぎと小松菜のみそ汁	かぼちゃの甘煮	フルーツ	望たべよ 牛乳	479kcal
15	土	ポテトコロック 肉入りきんぴらごぼろ 八杯汁	ぼろれん草のなめたけ和え	フルーツ	ビスコ 牛乳	509kcal
16	日					
17	月	赤魚の煮付け ひじきと大豆の煮物 豚汁	ツナきゅうり	フルーツ	とんがりコーン 牛乳	495kcal
18	火	夏野菜カレーライス 大根の和風サラダ	豆腐のみそ汁	フルーツ	カップヨーグルト	559kcal
19	水	鶏のごまみそ焼き ナムル 味付けのり ニらと豆腐のかき玉汁	ジャガバター	フルーツ	コーンフレーク	560kcal
20	木	味噌ラーメン コーンバター スティックきゅうり	鮭おにぎり	フルーツ	手作り プリンマフィン 牛乳	583kcal
21	金	天丼 海藻サラダ 豆腐とほうれん草のみそ汁	肉団子	フルーツ	ポテトフライ 牛乳	552kcal
22	土	ひきわり納豆 じゃがいものそぼろ煮 高野豆腐とわかめのみそ汁	ぶた肉炒め	フルーツ	ココナッツサブレ 牛乳	478kcal
23	日					
24	月	さんま甘露煮 小松菜のごまみそ和え つみれ入りのご汁	洋風切り干し大根	フルーツ	源氏ハイ 牛乳	564kcal
25	火	りんごコッペ スパニッシュオムレツ カリフラワーのカレードレッシング シチュー	魚肉ソーセージのソテー	フルーツ	手作り ゆでとうもろこし 牛乳	496kcal
26	水	四色納豆 肉じゃが 夕顔のみそ汁	豆腐炒め	フルーツ	かつぱえびせん 牛乳	479kcal
27	木	タヌキうどん 冷しゃぶサラダ	塩おにぎり	フルーツ	手作り マシユマロ 牛乳	450kcal
28	金	東通牛丼 ツナサラダ アーサー汁	さつま煮	フルーツ	フリッツ 牛乳	0〜2歳児参観日
29	土	ホッケの塩焼き 厚揚げの野菜あんかけ 呉汁	鶏肉のマーマレード煮	フルーツ	おっとっと 牛乳	564kcal
30	日					
31	月	赤魚の塩焼き すき昆布の煮物 ごまみそ豆腐鍋	きゅうりと厚揚げの味噌炒め	フルーツ	黒糖みるくせんべい 牛乳	496kcal

焼肉注意報！

野外でのバーベキューを楽しむことも多くなる夏。この時期起きやすくなる肉の生食や生焼けによる食中毒を予防するためのポイントを紹介します。

「新鮮だから生でも安全！」は間違いない！肉についている食中毒菌は少量でも食中毒を引き起こします。鮮度が良くても、菌が付着した肉を生や半生で食べると食中毒の危険が高まります。

十分に火を通そう

肉につく食中毒菌は熱に強く、十分に火を通すことで死滅します。目安は中の色が変わるまで。ちなみにこども園では加熱する食品について、常に温度計で確認しています。

じかにばしで生肉をとらない
食卓に供するまでそのまますくって焼いてはいけません。別の箸やトングを用意しましょう。



調理前後の手洗い、調理器具

調理前はもちろん、生肉を焼いた後は必ず手を洗いましょ。まな板や包丁はできれば野菜用 肉用と分けると安心ですね。



7月から始まったプールも今月でおしまいです。みんなの外に楽しみ、夏の思い出をプールに届けた後は、ふりくんに向かって伝えたい！そのうちジュースなんかの楽しみもあるとほみんなの楽しみが、スイカ割りがあります。

