



# 給食だより



小袖保育園

令和5年7月31日発行

日	曜	主食	献立名	おやつ	
1	火	ご飯	・松風焼き・春雨サラダ・もやし炒め・味噌汁・バナナ	ヨーグルト チョコパイ	
2	水	ご飯	・ピーマンの肉詰め・切干大根・コーンのサラダ・味噌汁・オレンジ	お茶 たこ焼き	
3	木	ご飯	・焼きうどん・ポテトサラダ・五目お浸し・味噌汁・キウイ	牛乳 あんドーナツ	
4	金	ご飯	・ナスの味噌炒め・五目ひじき・とうもろこし・味噌汁・メロン	ジョア バームクーヘン	
5	土	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト (持参)	
7	月	ご飯	・さばの竜田揚げ・卵豆腐・まめまめサラダ・味噌汁・パイナップル	牛乳 メロンパン	
8	火	ご飯	・メンチカツ・スパサラダ・ほうれん草のおかか和え・豚汁・バナナ	ヨーグルト クッキー	
9	水	ご飯	・野菜カレー・福神漬け・さつま芋サラダ・のり和え・スープ・メロン	牛乳 蒸しパン	
10	木	ご飯	・マーボー豆腐・マカロニサラダ・バンバンジー・味噌汁・スイカ	牛乳 チーズトースト	
11	金		<b>祝日 ☆山の日☆</b>		
12	土	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト (持参)	
14	月	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;">お盆特別保育</div> <p>8/14~8/16までお盆特別保育です。 お盆中もケガのないよう夏ならではの遊びを楽しんで下さいね。 休み明け、元気な笑顔で登園してください♪</p>			
15	火				
16	水				
17	木	ご飯	・コロッケ・春雨サラダ・小松菜ののり和え・味噌汁・バナナ	牛乳 スティックパン	
18	金	ご飯	・なすと豚肉の生姜焼き・昆布煮・ゴマ和え・すいとん汁・キウイ	ジョア バームクーヘン	
19	土	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト (持参)	
21	月	ご飯	・鮭のみそ焼き・チキンナゲット・なめ苺和え・味噌汁・オレンジ	牛乳 カレーパン	
22	火	ご飯	・八宝菜・ポテトサラダ・切干大根・はちはい汁・パイナップル	牛乳 ケーキ	
23	水	おにぎり	～流しそうめん～・野菜サラダ・から揚げ・トマト・スイカ	ヨーグルト ウエハース	
24	木	ご飯	・肉じゃが・ブロッコリーサラダ・焼き鳥炒め・味噌汁・メロン	牛乳 アメリカンドック	
25	金	ご飯	・チキンカレー・福神漬け・マカロニサラダ・ゆで卵・スープ・バナナ	ジョア クッキー	
26	土	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト (持参)	
28	月	ご飯	・ホッケの塩焼き・れんこんサラダ・五目煮・味噌汁・パイナップル	牛乳 ミルクスティック	
29	火	ご飯	・ミートスパ・ツナサラダ・三色ゴマ和え・卵スープ・キウイ	ヨーグルト サブレ	
30	水		～海への散歩～ 愛情いっぱいお弁当	お茶 フライドポテト	
31	木	ご飯	・エビフライ・千キャベツ・スパサラダ・ポパイ炒め・味噌汁・バナナ	牛乳 お好み焼き	

## 《給食のねらい》

- ☆水分補給を十分にし、熱中症に気をつける。
- ☆夏ならではの食事を楽しむ。
- ☆収穫を喜んで美味しく食べる。

## ～お願い～

23日(水)は“流しそうめん”をします。  
ご飯は食べやすいように🍱おにぎり🍱を持ってきてください。よろしくお願ひします。

30日(水)は愛情いっぱいお弁当です。  
海への散歩の予定です。お弁当、スプーン、フォークの準備をお願いします。  
お弁当はハンカチに包んで持ってきてください。

## 給食材料の寄付、ありがとうございました。

- ・りしゅうくん ・大向さん ・中目さん
- ・小林さん ・中小路さん

## 「熱中症？」そのときに

子どもたちが大好きな夏ですが、熱中症には注意を。子どもに異変があったら、すぐに手当てをして重症化を防ぎましょう。

**1 涼しい場所に移動する**  
風通しのよい日陰や涼しい室内に連れてゆかせ、服のボタンやベルトを外す。

**2 体を冷やす**  
ぬらしたタオルで体をふき、うちわや扇風機の風を当てて体にこもった熱を逃がす。

**3 水分を少しずつ与える**  
麦茶や子ども用のイオン飲料などをひと口ずつ与える。一度に飲ませず、様子を見ながら。

❑ 冷やしたタオル  
❑ タオルに包んだ保冷剤  
❑ 冷めた缶ジュース  
などを挟んで冷やすと効果的

足の付け根  
首の後ろ  
わきの下

**⚠️ 注意!**  
39℃以上の発熱があり、ぐったりして意識がないときは救急車を呼びます