



今月のテーマ 丈夫な体。  
 今月の目標 残さず食べるようにする。

日	曜	こんだて	おやつ	未満児朝のおやつ
1	火	さかなのカレーピカタ じゃこサラダ	クッキー	バナナ
2	水	シチュー ピーナッツあえ	かきごおり・チーズ	ハーベスト
3	木	けんちんじる なっとうあえ	フルーツゼリー	コパン
4	金	ギョロツケ フレンチサラダ	エッグトースト	しろいふうせん
5	土	ひやしちゅうか くだもの		おかし
7	月	はっぼうさい ひじきいため	かぼちゃしらたま	なし
8	火	ぶたにくのしょうがやき すのもの	とうもろこし	カステラ
9	水	タンドライチキン ナムル	フルーツヨーグルト	卵ボーロ
10	木	いりとうふ かぼちゃサラダ	コーンフレーク	ゼリー
11	金	さかなのコーンあげ しおっぺ	フルーチェ	えだまめ
12	土	☆祖父母参観☆ くりおこわ すましじる ぶどう		おかし
14	月	こそでだんごじる くきわかめのつくだに	ベーコンむしパン	オレンジ
15	火	さかなのにつけ すましじる	おきなわふうくずもち	えびせん
16	水	しょうじんりょうり みそしる	カナッペ	ミニアスパラ
17	木	☆誕生会☆ ビビンバ ちゅうかスープ サラダ くだもの	おたのしみ	ビスコ
18	金	さかなのタルタルソース ごしょくサラダ	りんごのケーキ	まがりせんべい
19	土	ツナとトマトのスパゲティ くだもの		おかし
21	月	けいろうのひ		
22	火	こくみんのきゅうじつ		
23	水	しゅんぶんのひ		
24	木	こうやとうふのたまごとし ごままよあえ	いもかりんとう	丸ボーロ
25	金	きのこカレー ゆかりあえ	もものムース	うめのかまき
26	土	パン くだもの		おかし
28	月	マーボーナス ちゅうかサラダ	ホットケーキ	ヨーグルト
29	火	にくじゃが ごまあえ	くだもの	くろぼう
30	水	バンサンスー ふりかけ	かきごおり	ベジたべる

17日はお誕生会なのでご飯はいりません。

### お茶を多めに 持たせてあげてください

9月に入り、だんだん朝晩を通して涼しくなってきますが、日中はまだ気温が上がります。子どもは大人に比べて体温調節機能が未発達のため、脱水症状や熱中症になる危険性があります。もうしばらくは水筒の中身を多めに持たせてあげてください。



8月7日にばらグループでとうもろこしの皮むきをしました！！年中にもなると「どうして虫がついてるの？」、「どうして皮は緑と黄緑なの？」など困った質問もありましたが・・・感心しました。

次は9月8日にひまわりグループが皮むきをします。そして、7月日にひまわりグループは富田さんの畑にインゲンを植えてきました。収穫が楽しみです。

**朝ごはんを食べて 夏バテを吹き飛ばそう**

- 早寝・早起きで、毎日の生活リズムをしっかりとくりましょう。
- 朝ご飯を食べましょう。
- タンパク質・ビタミン・ミネラルを十分にとりましょう。

**「食べきった！」完食の達成感**

苦手な子どもが多い食べ物は、食べる前に分量を減らしておき、「食べきった」という完食の達成感を得てもらおうようにしています。

給食の調理工夫

**全部食べた！！**

土曜日は、箸と水筒だけ持ってきて下さい。平成21年8月31日 城北アソカ保育園