

8がつのこんだて



東広島市立木谷保育所
令和6年8月
tel(0846)45-4322

にち	ようび	あさおやつ	きゅうしょく	3じおやつ
1	もく	ぼーろ	ぼーくびーんず やさいさらだ れいとうみかん	あげぱん
2	きん	ばなな	おーろらちきん あおのりぽてと こんそめすーぷ すいか	こんぶおにぎり いりこ
3	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	
5	げつ	まかろにあげかわ	かつかれー はむさらだ すいか (上黒瀬保育所リクエスト給食・おやつ)	かすてらぱふえ
6	か	くらっかーさんど	あかうおのあげづけ そえやさい すましじる ばなな	とまとぜりー
7	すい	ばなな	ひやしうどん なすとかぼちゃのもの れいとうみかん	じゃがいものおやき
8	もく	おにぎり	なつやさいのかきあげ そえやさい さまーすーぷ ぱいなっふる	とうにゅうくずもち
9	きん	さぶれ	ぎゅうどん ぱんさんすー すいか	ろしあんくつきー
10	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	
13	か	きなこすこーん	はやしらいす ぱんぷきんさらだ ぱいんかん	おにぎり おしゃぶりこんぶ
14	すい	ふっきー	はっぼうさい じゃがいものごままよあえ みかんかん	ほっとけーき
15	もく	ほっとけーき	とりにくのてりやき そえやさい ひじきとだいのいために みにぜりー	ふる一つあんにん
16	きん	うえはーす	さけのちーずむし さらだすばげていー ばなな	きなこどーなつあいすぞえ
17	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	
19	げつ	おにぎり	こうやどうふのもの おくらのあえもの なし	にゅうさんきんいんりょう つなさんど
20	か	じゃむさんど	まるあかころっけ そえやさい なつやさいとさかなのすましじる れいとうみかん 【市制50周年記念東広島給食】	ひがしひろしまれもんけーき
21	すい	ふっきー	ぎせいどうふ そえやさい なすとしらすのみそじる ばなな	はーとぱい
22	もく	ちーずさんど	じゃーじゃーめん やさいのすのもの ぱいなっふる	じゃがいものたこやきふう いりこ
23	きん	ばなな	しろみふらい そえやさい こーんすきむすーぷ れいとうみかん (乃美尾保育所リクエスト給食・おやつ)	みかんぜりー
24	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	
26	げつ	くらっかー	かれーどうふ まろにーさらだ ばなな	おにぎり おしゃぶりこんぶ
27	か	すこーん	びびんば わかめすーぷ れいとうみかん	ぴざくつきんぐ 
28	すい	びすけっと	おたのしみきゅうしょく 	
29	もく	ばなな	ぶたにくのあまみそどん ごまあえ ぱいなっふる	こうやのもっちりここあぱん
30	きん	ふっきー	おやこに こーるすろーさらだ なし	とうにゅうおぐらぜりー
31	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	

食事を楽しむポイント!

生活の中で「食材と料理」を意識する。子どもと一緒にスーパーを回って食材を見ながら会話をしたり、購入した野菜を触ったり、匂いを嗅いだり、包丁で切る音(トントン)や煮える音(グツグツ)に注目させたりすることも効果的。食材を身近に感じることで、食べる意欲がアップし、「おいしさ」を味わうことで、食事のおいしさや楽しさは、過去の経験に基づく記憶と関連しています。生涯にわたり、健康で豊かな食生活を送るためには、食事を「楽しい出来事」として記憶しながら、体験を積み重ねることが大切です。



- ※19日は食育のメニューになっています。(和食)
- ※27日はピザクッキングです。エプロン・三角巾・マスクの準備をお願いします。
- ※28日のお楽しみ給食の日です。幼児組さんははしのみ持参してください。
- ※食材の都合により、献立が変更になることがあります。

今月の栄養素の平均値(目標値)

3才以上児	
エネルギー	545kcal(574kcal)
たんぱく質	21.1g(23g)
食塩	1.3g(1.6g)
3才未満児	
エネルギー	513kcal(524kcal)
たんぱく質	19.7g(20.3g)
食塩	1.3g(1.5g)