



8月給食献立

たがみ台保育園

R6.7.31 発行

日	曜	献立名	副食材料名			未満児		3時のおやつ	
			赤 血や肉になる 食品	黄 熱や力になる 食品	緑 体の調子を整える食品	主食	特別食		
1 29	木	ミートローフ 粉ふき芋、人参のグラッセ オニオンスープ	豚、鶏ミンチ 卵、きなこ	じゃがいも バター	人参、玉ねぎ キャベツ、小松菜	ごはん 	牛乳 ベジたべる	スキムミルク ★きなこラスク みかん缶	
2 30	金	揚げ魚のみぞれがけ オクラサラダ 豆腐のみそ汁	アジ ハム、豆腐 わかめ	ごはん	大根、オクラ、もやし キャベツ、人参、玉ねぎ	ごはん 	牛乳 シガービス	スキムミルク 生パイン おにぎりせんべい	
3 23	土 金	鶏肉と野菜の中華煮 納豆 ゆで卵	鶏むね、もも ひじき 納豆、卵	ごはん	人参、玉ねぎ、キャベツ もやし、コーン	ごはん 	牛乳 白い風船	スキムミルク 3日キウイ 23日さつまいもの パウンドケーキ	
5 26	月	冷やし中華 なすと豚肉のみそ炒め	ハム 卵、豚もも 牛乳	中華麺 ごはん バター	きゅうり、トマト もやし、なす、人参 冬瓜、玉ねぎ	ごはん 	牛乳 アスバラガス ビスケット	スキムミルク ★ホットケーキ パイン缶	
6 19	火 月	白身フライ マカロニサラダ コンソメスープ	白身魚 卵、ハム	マカロニ 薄力粉 ごはん	人参、玉ねぎ、きゅうり もやし、チンゲン菜	パン 	牛乳 さやえんどう	ほうじ茶 ★おにぎり たくあん	
7 21	水	他人井 もやしのサラダ	豚もも 卵、ちくわ	ごはん	人参、玉ねぎ、椎茸 えのき、小ねぎ、小松菜 もやし、キャベツ	ごはん 	牛乳 ビスケット	スキムミルク 7日さつまいもの パウンドケーキ 21日キウイ	
8 22	木	ナポリタン 具だくさんスープ	ウィンナー かにかま	スパゲッティ ごはん じゃがいも	玉ねぎ、ピーマン、人参 キャベツ、大根	ごはん 	牛乳 ポテコ	スキムミルク バナナ チョコイス	
9	金	チキン南蛮 キャベツの千切り すまし汁	鶏もも 卵、かまぼこ	マヨネーズ ごはん	キャベツ、コーン 人参、玉ねぎ、大根 えのき、小松菜	ごはん 	牛乳 ベジたべる	スキムミルク ★ゼリー (以上児)ココアクッキー (未満児)ハッピーターン	
10 24	土	鮭のコーンマヨ焼き フレンチサラダ かぼちゃのスープ	鮭 ベーコン	マヨネーズ ごはん	人参、キャベツ、もやし きゅうり、チンゲン菜 かぼちゃ、玉ねぎ、コーン	ごはん 	牛乳 シガービス	牛乳 りんご ぼたぼた焼き	
13 28	火 水	魚の蒸し焼き ゆかり和え 大根のみそ汁	白身魚 ハム とうふ	ごはん	キャベツ、きゅうり 大根、人参 ほうれん草、ゴーヤ	ごはん 	牛乳 アスバラガス ビスケット	スキムミルク ★スナックゴーヤ ポテト パイン缶	
14 27	水 火	トッピングカレー ビーンズサラダ	コロッケ 大豆	ごはん じゃがいも	人参、玉ねぎ 枝豆、ブロッコリー	ごはん 	牛乳 さやえんどう	スキムミルク バナナ オレオ	
17 31	土	ホイコーロー丼 かにかまスープ	豚もも かにかま	ごはん	人参、玉ねぎ、キャベツ もやし、大根	ごはん 	牛乳 ポテコ	牛乳 オレンジ 源氏パイ	
15 16	木 金	愛情弁当の日 おかずの入ったお弁当の準備をお願いします。						牛乳 シガービス	牛乳 15日ひねりあげ 16日ポテコ

20日(火)

- ・ 酢鶏 ・ チャプチェ
- ・ 卵スープ ・ わかめご飯
- 牛乳 ○スイカクッキー
- もも缶

水分補給で熱中症対策を!

熱中症は、夏の強い日差しの下での激しい運動だけでなく、室内で、起こることもあります。こまめな水分補給をとるように心がけましょう。扇風機やエアコンで室内温度を管理することも大切です。



8月の離乳食献立表

たがみ台保育園 ひよこくみ

令和6年7月31日 発行

		中期食（7～8か月）	後期食（9～11か月）	午後食
1 29	木	柔らかハンバーグ 人参のスープ 7倍粥	ミートローフ風 付け合わせ キャベツスープ 全粥	ミルク オレンジ
2 30	金	白身魚の大根おろしがけ 野菜スープ 7倍粥	白身魚のみぞれがけ キャベツの塩もみ 豆腐のみそ汁 全粥	ミルク バナナ
3 23	土 金	ささみと野菜のとろとろ煮 玉ねぎのすりおろし 7倍粥	鶏肉と野菜のうま煮 納豆 全粥	ミルク りんご
5 26	月	たっぷり野菜うどん ささ身と人参の和え物 7倍粥	煮込みうどん なすとささ身のみそ炒め 全粥	ミルク バナナ
6 19	火 月	白身魚の素焼き もやしのとろみ汁 7倍粥	魚のしょうゆ焼き きゅうりのサラダ グリーンスープ 全粥	ミルク オレンジ
7 21	水	野菜たっぷりおじや 二色和え 7倍粥	鶏肉のあんかけ丼 小松菜の和え物 全粥	ミルク りんご
8 22	木	やわらかにゆうめん 刻み大根 7倍粥	鶏と野菜のにゆうめん ポテト和え 全粥	ミルク バナナ
9	金	ささみの人参ソースがけ キャベツのくたくた煮 7倍粥	鶏のバターやき シャキシャキサラダ すまし汁 全粥	ミルク オレンジ
10 24	土	白身魚のミルクスープ 刻みかぼちゃのサラダ 7倍粥	かぼちゃのおやき コロコロサラダ コーンスープ 全粥	ミルク りんご
13 28	火 水	魚と野菜のだし煮 柔らかサラダ 7倍粥	魚の蒸し焼き 白和え 大根のみそ汁 全粥	ミルク バナナ
14 27	水 火	ささみの彩り丼 しっとりポテト 7倍粥	人参リゾット ポテトサラダ 全粥	ミルク りんご
17 31	土	野菜雑炊 ささ身サラダ 7倍粥	具だくさん丼 もやしのスープ 全粥	ミルク オレンジ
20	火	刻みたまねぎとささみの和え物 煮野菜スープ 7倍粥	チキンソテー にんじんしりしり オニオンスープ 全粥	ミルク バナナ
15 16	木 金	愛情弁当の日 (主食・副食共に準備ください。お子様の食べやすい大きさや量を調整してください。)		ミルク バナナ

水分摂取の方法について

7～8ヵ月頃は、スプーンから飲むことができます。唇を閉じて、上唇に触れてすする動きが見られたら、スプーンを傾けながら少量ずつ与えてみましょう。

9～11ヶ月ごろには、コップからの連続飲みができます。自分でコップを持って飲むことは不安定なので、一緒に支えて補助をしましょう。

また、哺乳瓶やこぼれないタイプのカップから水分摂取していると、ダラダラ飲みになりやすいので注意が必要です。

保育園では、水分を下唇に乗せ、**介助スプーンで飲む**。→ストロー飲み(吸う練習)→コップのみの順番で行っています。※水分飲みの練習は**子どもたちの発達にあわせて**行ってみましょう。

