



8月号

2026年度 すみれ保育園

暑さが続く毎日ですが、子ども達は元気いっぱいに過ごしています。暑さで食欲が落ちやすい時期ですが、しっかりと食べて十分な水分を摂ることがとても大切になってきます。暑さに負けない体づくりを心がけましょう。

旬の食材の話 「すいか」

そら組に大きなすいかを持って行き、「このすいかどのくらい重いと思う？」と子どもたちに聞いてみました。「めっちゃおもしろ」「5以上ありそう」などそれぞれ予想を立てて大盛り上がりでした。実際にみんなの前で重さを計てみると10キロもあり、子どもたちから驚きの声がたくさん聞こえてきました。

いつも切った状態で出てくるすいかを実際に見て、重さを知る事で食材への興味に繋がる経験となりました。



お弁当箱の日

2歳児から5歳児を対象に「お弁当箱の日」を始めました。毎月1回、お弁当箱に給食を詰めて食べます。いつもの給食も特別感が増して、「お弁当箱見て」と嬉しそうな子ども達でした。特別感だけでなく、自分が食べられる量を考えたりする事にも繋がり、食への関心を深める良い機会にもなります。お弁当箱の日のお知らせは掲示しますので、お弁当箱の準備、よろしくお願いします。



2026年度 8月 献立表					
午前					1(土)
屋食					せんべい チャーハン コンソメポテト 中華スープ
午後					せんべい、果物
午前	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)
屋食	炊き込みビビンバ キャベツとツナのサラダ 中華スープ	ご飯 ゴーヤチャンプル もやしと小松菜の和え物 大根の味噌汁	冷やし中華 ごぼうとオクラのサラダ ゆでとうもろこし	ご飯 さばの南蛮漬け キャベツのおかか和え ほうれん草の味噌汁	ロールパン 鶏つくねの照り焼き ほうれん草のごまサラダ さつまいものレモン煮 オニオンスープ
午後	牛乳、のり麩ラスク	牛乳 ヨーグルト、せんべい	牛乳 ココアシュガートースト	牛乳、果物、ヨーグルト	牛乳、おかかおにぎり
午前	10(月) 協力日	11(火)	12(水) 協力日	13(木) 協力日	14(金) 協力日
屋食	あんかけラーメン のり塩ポテト	山の日		中華丼 だいこんのおかか和え はるさめスープ	煮込みうどん さつまいもの甘煮
午後	牛乳、せんべい、果物			牛乳 せんべい、フルーツゼリー	牛乳 せんべい、ヨーグルト
午前	17(月)	18(火)	19(水)	20(木) 誕生祝いメニュー	21(金)
屋食	夏野菜カレー キャベツのさっぱりサラダ フルーツゼリー	ご飯 ゴーヤチャンプル もやしと小松菜の和え物 大根の味噌汁	冷やし中華 ごぼうとオクラのサラダ ゆでとうもろこし	シシリアンライス 小松菜とツナのサラダ コンソメスープ	ロールパン 鶏つくねの照り焼き ほうれん草のごまサラダ さつまいものレモン煮 オニオンスープ
午後	牛乳、メーブルケーキ	牛乳 ヨーグルト、せんべい	牛乳 ココアシュガートースト	りんごジュース、ナンピザ	牛乳、おかかおにぎり
午前	24(月)	25(火)	26(水)	27(木) お弁当箱の日	28(金)
屋食	炊き込みビビンバ キャベツとツナのサラダ 中華スープ	ご飯 油淋鶏 青梗菜のチョレギサラダ 中華スープ	和風スープパスタ じゃがいもとキャベツのサラダ スティックチーズ	ご飯 さばの南蛮漬け キャベツのおかか和え ほうれん草の味噌汁	食パン ジャム(2~5歳) 和風ポトフ キャベツともやしのサラダ
午後	牛乳、のり麩ラスク	牛乳 ヨーグルト、せんべい	牛乳、しらすチャーハン	牛乳、果物、ヨーグルト	牛乳、土佐和えおにぎり
午前	31(月)	8月旬の食材：トマト、すいか、きゅうり とうもろこし、オクラ、なす かぼちゃ、ゴーヤ、ピーマン レタス			
屋食	夏野菜カレー キャベツのさっぱりサラダ フルーツゼリー				
午後	牛乳、メーブルケーキ				