

8月 給食だより

令和 7 年 8 月
ミモザはまでらこども園

厳しい暑さが続いてますが、子どもたちは水遊びやプールで気持ち良さそうです。
今月も園で育てたきゅうり、トマト、ピーマン、オクラなどの夏野菜を子どもたちが持ってきてくれます。
夏野菜には夏バテ予防効果もあるので、ご家庭でもたくさん食べて、元気にこの夏を過ごしましょう♪

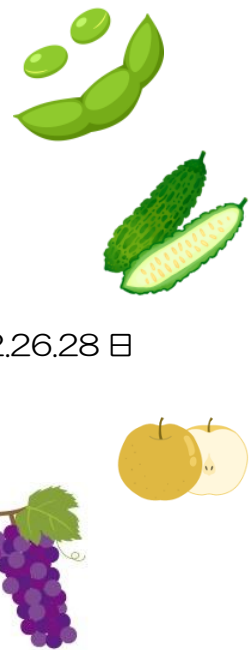
思い出いっぱい らいおんデー

7 月 23 日はらいおん組が楽しみにしていたらいおんデーでした♪
クッキングで餃子の皮を使ったオリジナルピザを作りました！！各自好きな具材をのせてホットプレートで 2 分焼きます。出来たてのピザは特別で美味しかった様子でモリモリ食べていました♪
おやつ時間はバイキング方式でヨーグルトパフェです。
自分たちで好きな果物、アイスクリームなどトッピングして頂きました！！



8月の旬の食材

きゅうり…1.5.6.19.22.26.27.29 日
オクラ…18.28 日
枝豆…7 日
とうもろこし…7 日
トマト…2 日
すいか…1.21 日
パプリカ…1.8.19.28 日
かぼちゃ…6.8.22.23 日
ピーマン…6.7.20.21.22.26.28 日
なす…6 日
冬瓜…21 日
ズッキーニ…1.6.8 日
ゴーヤ…19 日
デラウェア…8 日
梨…6.27 日



8月のクッキングは、夏野菜を使ったカレーです。8月5日の前日に夏野菜のピーマン、茄子、ズッキーニを包丁やピーラー、手を使ってカレー作りの下準備をします。
ぱんだ・ぞう・らいおん組はエプロン、三角巾、マスクをご持参ください。
楽しみにしててね♪

8月の平均栄養価(幼児食 昼食・おやつ)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
基準値	590	19～29	13～20
当園見込み	563	23	19.6



とうもろこしの皮むきに挑戦！

とうもろこしの皮むきをしました。0～2 歳児に「これなんだ！！」と問いかけると、おおきな声で『とうもろこし♪』と答えてくれました。とうもろこしの絵本を読んでもらい、とうもろこしの皮むき体験スタート！！
カー杯、何枚も何枚も皮をむく姿はかわいらしくも勇ましかったです。



3～5 歳児はとうもろこしクイズをしました。
1 問 1 問しっかり話を聞、3 問正解した♪と教えてくれました。
皮付きのとうもろこしを見て、いざ皮むき体験が始まると、「くさい!!」「いい匂い！」と様々。
何色の実がでてくるかな？とむいていくと黄色の実が出てきて、甘くていい香りがお部屋に広がりました。
みんなのむいてくれたとうもろこしは、それぞれ翌日の給食に出て、みんなしっかり食べてくれていました。



梅干しの“なっちゃん”～土用干し編～

6月から梅干しづくりをするために、“下漬け”と“しそ漬け”をしました。しそ漬けした梅もきれいな赤い色に染まりました。
いよいよ最後の工程の、“土用干し”です。かめに入れていた梅をみんなでザルに並べ、漬ける前と干す前の梅の固さ、色の変化も楽しみました。そして、梅干しが長持ちするように土用干し(天日干し)をしました。
天日干しした梅干しからは甘酸っぱい桃みみたいな香りが部屋中に広がりました。その匂いに吊られた子どもたちは、『いいにおい』、『桃みみたいなにおいがする♪』とすぐに反応していましたよ！
梅干しが完成したら秋頃には梅干しを入れたおにぎりを作ります。
今年の梅はどんな味がするかな？楽しみにしててください♪

