



月

# 食育・やさいの日

テーマ野菜:きゅうり (8月19日)



今月の食育・やさいの日は、旬の「きゅうり」を使った『きゅうりのツナサラダ』です。



## 献立

- タコミートライス
- きゅうりのツナサラダ
- チキンスープ
- オレンジ

## 間食

- ぶどうゼリー
- クラッカー

おうちでも  ひと口目は **野菜** から

イラストは出町書房より