



令和4年7月1日
社会福祉法人 下東条西保育所

暑い日が増え、夏の訪れを感じられるようになりました。梅雨の晴れ間に園庭にでると、子どもたちは汗をキラキラさせながら遊んでいます。今月から、子どもたちが心待ちにしていたプールあそびが始まります。安全面や感染症に気をつけながら生活していきたいと思います。



どろんこだいすき



ダイナミックにあそんでいます！

にしわき経緯度
地球科学館へ
行ってきました！



7月の予定

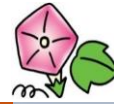
- 4日(月) 図書館出前お話し会【月】
石井文庫お話し会【雪】
- 7日(木) 七夕まつり
- 8日(金) わくわく☆ないと【月】20時半頃解散
【近隣の皆様へ】花火をしますので少し賑やかになりますが、
ご了承下さい。
- 11日(月) プール開き
- 19日(火) 体育教室【うさぎ・花・雪・月】
- 20日(水) 身体計測
- スマイル弁当デー
- 21日(木)22日(金) オープン保育
- 25日(月) 石井文庫お話し会【花】
- 26日(火) 体育教室【うさぎ・花・雪・月】
- 27日(水) 誕生会
- 29日(金) 夏祭り【園児のみ】
- ※毎週月曜日10時より未就園児対象のすくすく子育て
教室を開催しています。

8月の予定

- 2日(火) 三園交流会 あまごつかみ
- 12日(金)~16日(火) お盆休み



- ・暑くなると食欲が落ちてきますので、白ご飯の量の調節をお願いします。食べにくそうであれば、白むすびにして頂いてもいいです。ふりかけや海苔などはしないようにお願いします。
- ・今年度の七夕まつり、盆踊り大会(夏祭り)は、園児のみで行います。夏祭りは、浴衣や甚平を着て頂いてもいいですよ。(また、プログラムでお知らせします。)
- ・8月12日(金)~16日(火)は、保育所のお盆休みです。



月	火	水	木	金	土
	<p>* 花・雪組は1日(金)にお米1合を持ってきてください。 7日・29日に使用する分です。 (袋に名前を書いてお米を入れてください)</p> <p>* 月組は1日(金)にお米1.5合を持ってきてください。 8日夕食(わくわく☆ナイト)・7日・29日に使用する分です。</p>			<p>1</p> <p>高野豆腐の卵とじ 鶏ひき肉、卵、高野豆腐 じゃが芋 人参、青葱、玉葱、干し椎茸 もやしとわかめの和え物 竹輪、わかめ ごま油、いりごま もやし、コーン バナナ</p>	<p>2</p> <p>親子丼 鶏肉、卵 人参、玉葱、椎茸、青葱 棒チーズ プロセスチーズ オレンジ</p>
<p>4</p> <p>八宝菜 海老、イカ、豚肉 片栗粉 人参、筍、玉葱、干し椎茸、白菜 えのきとわかめの中華和え わかめ すりごま、ごま油 人参、コーン、えのき オレンジ</p>	<p>5</p> <p>ポークビーンズ 豚肉、ベーコン、竹輪、大豆 じゃが芋、コンソメ 玉葱、人参、いんげん、ケチャップ かぼちゃサラダ ハム マヨネーズ コーン、南瓜、人参、胡瓜 バナナ</p>	<p>6</p> <p>天ぷら 竹輪、ウインナー、卵 小麦粉 茄子、南瓜 春雨の酢の物 ハム、春雨、わかめ ごま油、すりごま きゅうり、人参 グレープフルーツ</p>	<p>7</p> <p>七夕メニュー 七夕ちらし 卵、高野豆腐、海老、刻みのり ご飯 人参、胡瓜、ゆで干し大根、干し椎茸 そうめん汁 そうめん 人参、おくら、玉葱 オレンジ 手作りおやつ セタゼリー</p>	<p>8</p> <p>鶏の照り焼き 鶏肉 片栗粉 トマト、ブロッコリー ポテトサラダ ハム、卵 じゃが芋、マヨネーズ 人参、胡瓜、コーン バナナ</p>	<p>9</p> <p>肉じゃが 牛肉 じゃが芋、 いんげん、人参、玉葱 のり佃煮 オレンジ</p>
<p>11</p> <p>お好み焼き 粉かつお、豚肉、卵、チーズ、竹輪、青のり 長芋、小麦粉、ソース、マヨネーズ キャベツ、人参、青葱、こんにやく ひじきふりかけ ひじき、花かつお オレンジ</p>	<p>12</p> <p>すき焼き風煮 牛肉、焼き豆腐 麩、糸こんにやく 人参、青葱、白菜、玉葱、牛蒡、椎茸 酢の物 ちりめん、わかめ すりごま きゅうり バナナ</p>	<p>13</p> <p>夏野菜の炊き合わせ 鶏肉、竹輪 じゃが芋 南瓜、いんげん、なす、玉葱、干し椎茸 切り干し大根の塩昆布和え カニカマ、塩昆布 いりごま、ごま油 切り干し大根、コーン、胡瓜 グレープフルーツ 手作りおやつ いももち</p>	<p>14</p> <p>鯖の塩焼き 鯖 豚汁 豚肉、油揚げ、豆腐、味噌 こんにやく、人参、玉葱、牛蒡、青葱、大根 オレンジ</p>	<p>15</p> <p>麻婆茄子 合挽ミンチ 片栗粉、生姜 人参、青葱、茄子、玉葱、筍、干し椎茸 ひじきと大豆のサラダ ツナ、春雨、大豆、芽ひじき マヨネーズ 人参、胡瓜 バナナ</p>	<p>16</p> <p>トマトとツナのそうめん ツナ そうめん、いりごま、ごま油 トマト、きゅうり ふりかけ オレンジ</p>
<p>18</p> <p>海の日 オレンジ</p>	<p>19</p> <p>豆腐のマヨネーズ焼き ツナ、豆腐 小麦粉、マヨネーズ 人参、青葱、コーン、生姜 小松菜ともやしのナムル ごま油 人参、小松菜、もやし バナナ</p>	<p>20</p> <p>魚のフライ 白身魚、卵 小麦粉、パン粉 トマト、ブロッコリー マセドアンサラダ チーズ さつま芋、マヨネーズ、スキムミルク 人参、きゅうり 果汁100%ゼリー</p>	<p>21</p> <p>タンドリーチキン 鶏肉、ヨーグルト カレー粉 ケチャップ、トマト、ブロッコリー 野菜のごま和え すりごま 人参、キャベツ、きゅうり オレンジ 手作りおやつ ちんすこう</p>	<p>22</p> <p>高野豆腐の五目煮 鶏肉、高野豆腐 じゃが芋、こんにやく 人参、いんげん、玉葱、干し椎茸 おひたし 竹輪 すりごま 人参、ほうれん草、もやし バナナ</p>	<p>23</p> <p>ポトフ ウインナー じゃが芋、コンソメ 人参、キャベツ、玉葱 のり佃煮 オレンジ</p>
<p>25</p> <p>ミートスパゲティ 合挽ミンチ パスタ トマト缶、人参、玉葱、ケチャップ ふりかけ オレンジ</p>	<p>26</p> <p>和風ポトフ 鶏肉、厚揚げ 人参、キャベツ、玉葱、しめじ じゃが芋 竹輪の磯辺揚げ 竹輪、青のり 小麦粉 バナナ</p>	<p>27</p> <p>誕生会メニュー 夏野菜カレー 牛肉 じゃが芋、ルー 南瓜、人参、玉葱、なす サラダ ウインナー、卵 ブロッコリー、トマト グレープフルーツ 手作りおやつ カナッペ</p>	<p>28</p> <p>鯖の梅煮 鯖 梅干し ブロッコリーとじゃが芋のサラダ ハム じゃが芋、マヨネーズ 人参、ブロッコリー、コーン オレンジ</p>	<p>29</p> <p>夏祭りメニュー 焼きそば、唐揚げ 豚肉、粉かつお、青のり 焼きそば麺、ソース 人参、キャベツ、玉葱、青葱、もやし とうもろこし とうもろこし みかん缶 手作りおやつ ポップコーン</p>	<p>30</p> <p>冷やし中華 かにかま、卵 中華麺 トマト、きゅうり 味付け海苔 オレンジ</p>

このマークのついている日は白飯を持参して下さい。
※お米の入った袋に名前を書いてくださいね。

※食材は都合により変更する場合があります。

しっかり食べて暑い夏を乗りきろう!

梅雨が明け夏も本番になる7月。暑い日が続く、体力や食欲が落ちエネルギー不足になってしまうこともあります。体内でエネルギーを作るためには、ビタミンB群が必要不可欠です。積極的に取り入れましょう。



枝豆



豚肉



牛乳



豆腐

また、疲れたな、しんどいな、と思ったときは、疲労回復効果のある食材を積極的に取り入れましょう。



お酢



レモン



梅干し

28日(木)に梅干しを取り入れた献立にしています

* 20日(水)はスマイル弁当デーです

☆対象クラス: ことり・うさぎ・花・雪・月組

☆持ち物

ことり・うさぎ組

いつもの給食セット・空のお弁当箱・数物

花・雪・月

いつもの給食セット・空のお弁当箱・数物

※白ご飯はおにぎりにしてラップに包んで下さい

* 29日(金)は夏祭りメニューです

花・雪、月組はラップおにぎりを持ってきてください。