



令和7年7月1日  
社会福祉法人 下東条西保育所

暑さも日々増していき、本格的な夏もすぐそこまで来ているようです。毎日汗をたっぷりかきながら遊んでいる子どもたち。もうすぐ始まるプールあそびを心待ちにしている姿が見られます。気温が高くなってくるので、暑さや水分補給に気をつけながら生活していきたいと思えます。

だいすき!  
どろんこあそび



ダイナミックにあそんでいます



↑かんせ〜!



↓ハサミできるよ!



↑上手に描けるかな?

### 製作だいすき

↓虫をつくるよ



↑のりをぬりぬり



↓シールをはったよ

### にしわき経緯度 地球科学館



星のことを学びました



望遠鏡で  
金星をみたよ!



トランポリンで  
ジャンプ!



まめポーズ☆

### 7月の予定

- 2日(水) からだ元気教室【雪・月】
- 3日(木) 体育教室【うさぎ・花・雪・月】
- 4日(金) わくわく☆ないと【月】
- 7日(月) 七夕まつり  
図書館出前お話会【月】
- 8日(火) プール開き
- 14日(月) 体育教室【うさぎ・花・雪・月】  
石井文庫お話会【雪】
- 22日(火) **スマイル弁当デー** 身体計測
- 28日(月) 三園交流会【月】あまごつかみ  
石井文庫お話会【花】
- 29日(火) 体育教室【うさぎ・花・雪・月】
- 30日(水) 誕生会

※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

- 1日(金) 夏まつり
- 13日(水)~17日(日) お盆休み期間



- 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。
- 今月からプールあそびが始まります。持ち物には必ず名前を書きましょう。また、こまめに爪を切って下さいね。

月	火	水	木	金	土
	<b>1</b> スペイン風オムレツ ベーコン、卵、チーズ じゃが芋、コンソメ、ケチャップ 玉葱、人参、ピーマン、パプリカ 刻み昆布の炒め煮 さつま揚げ、刻み昆布 人参、糸こんにゃく オレンジ 赤: 血や骨、筋肉を作る食品 黄: エネルギーを作る食品 緑: からだの調子を整える食品 ◆は新メニューです	<b>2</b> からだ元気教室 鯖の梅煮 鯖 梅干し、生姜、白葱 もずくと野菜のサラダ もずく、かにかま ごま油 きゅうり 豆苗、チンゲン菜、キャベツ バナナ	<b>3</b> 鶏のバーベキュー風 鶏肉 片栗粉、ソース トマト、ブロッコリー、ケチャップ かぼちゃサラダ ハム、チーズ マヨネーズ 南瓜、人参、きゅうり グレープフルーツ 手作りおやつ ツナカレーおにぎり	<b>4</b> わくわく☆ないと 豆腐のマヨネーズ焼き ツナ、豆腐 マヨネーズ、小麦粉 小麦粉、ソース、マヨネーズ 人参、コーン、青葱、生姜 春雨の酢の物 春雨、わかめ、ハム すりごま きゅうり バナナ	<b>5</b> 少なめ お好み焼き 豚肉、粉かつお、青のり、竹輪 小麦粉、ソース、マヨネーズ キャベツ、人参、長芋 ふりかけ ふりかけ 果物
<b>7</b> セタメニュー 七夕ちらし 卵、高野豆腐、刻みのり、海老 干し椎茸 人参、きゅうり、ゆで干し大根 そうめん汁 そうめん 人参、おくら、玉葱 バナナ 手作りおやつ セタゼリー	<b>8</b> 少なめ ちゃんぽん麺 海老、いか、豚肉、卵 中華麺、中華だし もやし 人参、キャベツ、青葱、椎茸 ふりかけ ふりかけ グレープフルーツ 手作りおやつ カナッペ	<b>9</b> 夏野菜の炊き合わせ 鶏肉、竹輪 じゃが芋 人参、干し椎茸 南瓜、いんげん、茄子、玉葱 切り干し大根のごまマヨサラダ ハム すりごま、マヨネーズ コーン きゅうり、人参、ゆで干し大根 バナナ	<b>10</b> 鮭の塩焼き 鮭 厚揚げの味噌炒め 豚肉、厚揚げ、味噌 人参、ピーマン、玉葱、茄子 オレンジ	<b>11</b> コロッケ 合挽ミンチ、卵 じゃが芋、パン粉、小麦粉、ソース 玉葱、ケチャップ、トマト ハムサラダ ハム マヨネーズ ブロッコリー 人参、きゅうり、キャベツ オレンジ	<b>12</b> 少なめ 和風スパゲティ ツナ スパゲティ 人参、玉葱、しめじ、キャベツ 味付け海苔 海苔 果物
<b>14</b> 少なめ 焼きそば 豚肉、粉かつお 焼きそば、ソース もやし 人参、玉葱、キャベツ、青葱 ちりめんの磯煮 青のり、ちりめん オレンジ 手作りおやつ フライドポテト	<b>15</b> ◆鶏肉の南蛮漬け 鶏肉 人参、ピーマン、パプリカ、玉葱 ひじきと大豆のサラダ ひじき、大豆、ツナ、春雨 マヨネーズ きゅうり、人参 バナナ	<b>16</b> 鯖のカレー焼き 鯖 小麦粉、カレー粉 すまし汁 豆腐、油揚げ、わかめ、かまぼこ 人参、玉葱、えのき、椎茸 果汁100%ゼリー	<b>17</b> 肉じゃが 牛肉、竹輪、焼き豆腐 じゃが芋 糸こんにゃく 玉葱、人参、いんげん 和風サラダ ハム、わかめ すりごま、ごま油、オリーブ油 キャベツ、きゅうり バナナ おやつ ヨーグルト(牧場の朝)	<b>18</b> 夏野菜のかき揚げ 竹輪 天ぷら粉、ソース 枝豆 オクラ 茄子、南瓜、人参、玉葱、パプリカ 豆腐の味噌汁 豆腐、味噌 大根、青葱 グレープフルーツ	<b>19</b> 親子丼 鶏肉、卵 玉葱、人参、生椎茸、青葱 棒チーズ プロセスチーズ 果物
<b>21</b> 海の日 	<b>22</b> スマイル弁当デー 照り焼きハンバーグ 合挽ミンチ、大豆、豆腐、卵、牛乳 片栗粉 玉葱、トマト、ブロッコリー スパゲティサラダ ハム、卵 スパゲティ マヨネーズ 人参、玉葱、きゅうり 果汁100%ゼリー 手作りおやつ サーターアングギー	<b>23</b> 和風ポトフ 鶏肉、厚揚げ じゃが芋 人参、玉葱、キャベツ、しめじ もやしとわかめの和え物 竹輪、わかめ いりごま、ごま油 もやし、コーン オレンジ	<b>24</b> 麻婆茄子 合挽ミンチ 片栗粉、中華だし 生姜、干し椎茸 人参、青葱、茄子、玉葱、筍 イカと胡瓜の酢の物 いか、わかめ きゅうり バナナ おやつ ぶどうゼリー	<b>25</b> ささみフライ ささみ、卵 小麦粉、パン粉、ソース ケチャップ、ブロッコリー、トマト ズッキーニのごまマヨ和え ベーコン じゃが芋、マヨネーズ、すりごま 人参、コーン、ズッキーニ グレープフルーツ	<b>26</b> 少なめ 冷やしうどん ハム、卵 うどん 胡瓜、トマト、もやし のり佃煮 海苔 果物
<b>28</b> ミネストローネ 大豆、ベーコン、コンソメ じゃが芋、マカロニ トマト缶 人参、玉葱、いんげん、ケチャップ ブロッコリーの中華和え かにかま ごま油、中華だし 人参、ブロッコリー、もやし バナナ	<b>29</b> 赤魚のかば焼き 赤魚 片栗粉 生姜 三色おひたし じゃが芋の味噌汁 竹輪、味噌、わかめ じゃが芋 ほうれん草、もやし、人参、玉葱 オレンジ	<b>30</b> 誕生会メニュー ◆夏野菜のドライカレー 合挽ミンチ ルウ、ソース、ケチャップ 玉葱、人参、茄子、トマト、南瓜 コールスローサラダ ハム マヨネーズ 人参、キャベツ、きゅうり、コーン バナナ 手作りおやつ 小松菜ケーキ	<b>31</b> 高野豆腐の卵とじ 鶏ミンチ、卵、高野豆腐 じゃが芋 人参、玉葱、青葱、干し椎茸 ◆きゅうりの梅和え 花かつお 練り梅 もやし、きゅうり、人参、小松菜 グレープフルーツ 手作りおやつ ひまわり蒸しパン	* 花・雪組は1日(火)に お米1合を持ってきてください。 7日・30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)  * 月組は1日(火)に お米1.5合を持ってきてください。 4日夕食(わくわく☆ないと)、 7日・30日に使用する分です。	

 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。

※食材は都合により変更する場合があります。

**22日(火) スマイル弁当デー**

☆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・レジャーシート  
**花・雪・月組**  
 いつもの給食セット・空のお弁当箱・レジャーシート  
 ※白ご飯はおにぎりにしてラップに包んで下さい

**土用の丑の日**

暑い時期を乗り越える！という意味で鰻を食べる習慣がある土用の丑の日ですが、今年は7月19日と31日の2回あります。もともと丑の日には「う」のつく「うどん」や「瓜」などを食べる習慣があったそうです。  
 給食では31日に「梅干し」を使用した、和え物を提供する予定です。スタミナのつくものや、酸味でさっぱり食べられるものを利用して、夏バテを予防しましょう。