



今月の食育目標  
箸の使い方に慣れる。

# 7月行事予定・献立

社会福祉法人 虹福社会  
富士こども園

2022(令和4)年6月22日



日曜	行事予定	今が旬メニュー	給食献立	カロリー	おやつ			
					午前 (牛乳は毎日)	離乳期のおやつ	午後 (ミルクは毎日)	離乳期のおやつ
1 金	笹飾り・布団・シーツ交換日	盆踊り練習	なすとかぼちゃのカレーミートソースかけ・アスパラガスの酢のもの・パインアップル	293kcal	カナッペ		炊き込みご飯	
2 土	希望保育		ジャージャー麺・きゅうりの梅和え・バナナ	198kcal	焼きおさつ		居残り(寒天)	
3 日								
4 月	笹飾り		卵とじ・かえりのごまがらめ・パインアップル	293kcal	バナナ		たこボール	キャベツボール
5 火	太鼓指導日		タコライス・スティックきゅうり・バナナ	318kcal	みたらしかぼちゃ		ヨーグルト (もも缶・パイン缶)	ヨーグルト (もも缶・みかん缶)
6 水	体育遊び		鶏肉のマーマレード煮・じゃがいものきんぴら・くし型トマト・オレンジ	292kcal	スナッ麩		おにぎり	
7 木	七夕・さくら組スイミング		七夕うどん・短冊サラダ・バナナ	250kcal	ジャムサンド		七夕ゼリー	
8 金	わくわくひろば・布団・シーツ交換日		魚のグラタン・きゅうりとツナのサラダ・人参の甘煮・冷凍みかん	357kcal	りんごビスケット		セサミトースト	
9 土	希望保育・にこにこひろば		豆腐の含め煮・オクラの浸し・パインアップル	300kcal	茹でブロッコリー		居残り(フライドかぼちゃ)	
10 日								
11 月	ノー菓子デー		ひじきのオムレツ・きゅうりとなすの酢のもの・バナナ	321kcal	ホットケーキ		野菜ラーメン	
12 火			魚の味噌焼き・厚揚げとピーマンの甘辛炒め・かぼちゃの煮付・オレンジ	332kcal	ぶどう寒天		フルーツサンド	
13 水	夏まつりごっこ		豚肉の照り焼き・スパゲティソテー・茹でブロッコリー・パインアップル	302kcal	オレンジ		カレーポテト	
14 木	さくら組スイミング		トマト入りさっぱり肉じゃが・和風サラダ・すいか	362kcal	トーステッドチーズパン		ヨーグルト(みかん缶・ジャム)	
15 金	明細書配布・布団・シーツ交換日		真珠蒸し・かに酢和え・オレンジ	308kcal	マカロニきな粉		かぼちゃクッキー	

## 8月の行事予定

2日(火) 体育遊び                      3日(水) わくわくひろば  
 4日(木) 平和学習・さくら組スイミング  
 5日(金) 太鼓指導日                      7日(日) ペンキ塗り  
 16日(火) 明細書配布                      23日(火) 誕生会  
 24日(水) 体育遊び  
 25日(木) さくら組スイミング・口座引き落とし  
 26日(金) わくわくひろば

※毎週金曜日布団・シーツ持ち帰り  
 希望保育 6日(土)・12日(金)・13日(土)・15日(月)  
 20日(土)・27日(土)

## 夏まつりごっこ 7月13日(水)

**6月27日(月)9:20~盆踊りの練習**を行います  
 間に合うように登園してくださいね。

わくわくひろばのチームに分かれ、ゲームを行います。

**ゲーム** おばけポーリング・おばけBOX・おばけ集め  
 パンチボール釣り・的あて・輪投げ  
 ちゅうりっぷ・もも組は7月20日(水)に楽しめます。

## 水遊び

気温の上昇に合わせて水遊びやプールを始めます。

カップからカップへの水の移し替えや色水を使っのジュース屋さん。  
 混色に気づき色の変化を楽しんだり、プールでは水に慣れることから始め、各  
 年齢ごとに目標をもって取り組んでいきますね。

・連絡ノート・ファイルに、毎日プールに関する事項の記入と  
 保護者サインをお願いいたします。



## お知らせとお願い

・暑くなり熱中症が心配されます。マスクの着用ですが、園庭に出るときには、マスクを外して  
 います。水分補給も多く摂るようになっていきますので、今までよりも多く持たせてください。

開園時間外連絡先 090-7999-6267 ※電話もしくはショートメールでお知らせください。

# 7月行事予定・献立



社会福祉法人 虹福社会  
富士こども園

日 曜	行 事 予 定	給 食 献 立	カロリー	お や つ			
				午前 (牛乳は毎日)	離乳期のおやつ	午後 (ミルクは毎日)	離乳期のおやつ
16 土	希望保育	お好み焼き・ごまきゅうり・パインアップル	262kcal	おかかトマト		居残り(茹でとうもろこし)	居残り(焼きポテト)
17 日							
18 月	海の日						
19 火	誕生会	ゆかりご飯・魚のタルタルソースかけ・オクラの和え物・メロン	400kcal	パインアップル	バナナ	パフェ・ア・ラ・モード	
20 水		和風梅チキン・チンゲン菜とコーンの炒め物・オレンジ	327kcal	いももち		ヨーグルト (バナナ・寒天)	
21 木	体育遊び・尿検査(未検・5/20以降新入児)	しらすとアスパラの Pasta・かぼちゃのオイル焼き・バナナ	324kcal	和風トースト		メープルクッキー	
22 金	布団・シーツ交換日	豚ニラ炒め・酢のもの・パインアップル	307kcal	ココア蒸しケーキ		ウインナーパン	
23 土	希望保育・にこにこひろば	麻婆じゃが・小松菜の即席漬け・冷凍みかん	326kcal	オクラのごま和え		居残り(果物盛り合わせ)	
24 日							
25 月	口座引き落とし	お麩と鶏肉の治部煮・ごま酢和え・バナナ	295kcal	メロン	オレンジ	マーブルケーキ	
26 火		ムニエル・ジャーマンポテト・小松菜の和え物・すいか	400kcal	きび砂糖パン		豆乳プリン	
27 水		三色そばろ丼・塩もみきゅうり・オレンジ	311kcal	きな粉クッキー		あずきパイ	
28 木		焼魚・五目きんぴら・茹でとうもろこし・パインアップル	297kcal	スイートポテト		和風スパゲティ	
29 金	さくら組お泊り会	ハンバーグ・冷拌三糸・かぼちゃの甘煮・オレンジ	400kcal	野菜寒天		じゃこトースト	
30 土	希望保育	野菜あんかけうどん・オクラのマヨかけ・バナナ	242kcal	きゅうりのゆかり和え		居残り(フルーツポンチ)	
31 日							

313kcal

## 1日(金) なすとかぼちゃの カレーミートソースかけ

かぼちゃは7~9月に収穫をむかえる夏野菜です。  
ビタミンA、B、C、E、β-カロテン、カリウムなどの栄養が豊富に含まれており、ウイルスや菌の侵入を防ぎ免疫力アップに効果的です。また、ビタミンEの抗酸化作用により、夏の強い紫外線からできる活性酸素を防ぎ、肌の老化を防ぐ働きもあります。  
皮の部分にも栄養があるため、きれいに洗い皮ごと調理するとよいです。

## 希望保育 出欠アンケートについて

・アンケート返信にご協力ありがとうございます。

7月12日(火)配信アンケートについて  
8月6日・20日・27日土曜日の希望保育  
お盆 8月12日(金)・13日(土)・15日(月)

- ・確認したい場合は再度URLにアクセスしての確認もできますが、日にちが経つと確認できなくなりますので、回答後確定ボタンを押す前の確認画面をスクリーンショットで保存をお願いいたします。
- ・※1家庭で複数登録されている場合は、人数把握のため代表者1名が出欠の

お盆  
12日(金)・13日(土)・15日(月)  
は希望保育です。



募集しています!

8月7日(日)  
9:00~12:00(予定)  
ペンキ塗りを行います。

ただいま4名のご協力をいただいておりますが、あと数名ご協力をお願いいたします。暑いさなかのお手伝いのお願いになりますが、なにとぞよろしくお願いいたします。