

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

2020年(令和2年)6月23日

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
1 水	体育遊び・笹飾りつけ(随時)	野菜ラーメン・中華和え・柑橘類	219kcal	焼きポテト		レモンラスク	
2 木		豚肉のカレー焼き・ごま酢和え・バナナ	327kcal	パンケーキ		ヨーグルト(人参・コーンフレーク)	
3 金	わくわくひろば・布団・シーツ交換	チキンライス・ムニエル・小松菜のソテー・粉ふきいも・パインアップル	342kcal	スナッ麩		たこボール	キャベツボール
4 土	希望保育	筑前煮・茹ブロッコリー・柑橘類	274kcal	きゅうりおかか和え		居残り(クッキー)	
5 日							
6 月	七夕・笹焼き	なすとかぼちゃのカレーミートソースかけ・塩もみきゅうり・柑橘類	364kcal	パインアップル	バナナ	コーントースト	
7 火	太鼓指導日	七夕ひやむぎ・キャベツのレモン酢和え・バナナ	259kcal	ココナッツケーキ		七夕ゼリー	
8 水	体育遊び・尿検査容器配布(未検・新入児)	鶏肉の塩焼き・中華風サラダ・くし型トマト・パインアップル	288kcal	じゃがいもチヂミ		レタスと昆布のまぜご飯	
9 木	尿検査提出(未検・新入児) 今が旬メニュー	ビビンバ・チーズポテト・バナナ	385kcal	りんごサンド		黒糖クッキー	
10 金	さくら組お泊り会・クッキング・布団・シーツ交換日	魚の五目あんかけ・オクラのごま和え・すいか	309kcal	ヨーグルト和え		ジャムクラッカー	
11 土	※さくら組の子ども達はお泊り会明けのため 9:00までにお迎えをお願いします。 希望保育	お好み焼き・スティックきゅうり・柑橘類	250kcal	人参のゆかり和え		居残り(パン)	
12 日							
13 月		豚肉の生姜焼き・バンバンジー・にんじんの甘煮・バナナ	366kcal	キウイフルーツ	オレンジ	フルーツサンド	
14 火	誕生会	キャロットライス・ミートローフ・ポテトサラダ・茹ブロッコリー・メロン	473kcal	きび砂糖クッキー		ココアムース・ア・ラ・モード	
15 水	明細書配布	卵とじ・きゅうりの即席漬け・柑橘類	276kcal	きな粉パン		茹とうもろこし	コーン蒸しパン

8月の行事予定

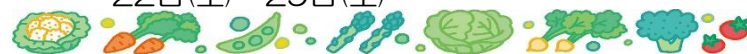
- 2日(日) **ペンキ塗り**
- 4日(火) 富士サマーフェスティバル 幼児クラス
- 5日(水) 平和学習
- 6日(木) 富士サマーフェスティバル 乳児クラス
- 7日(金) 太鼓指導日 8日(土) にこにこひろば
- 12日(水) わくわくひろば 17日(月) 明細書配布
- 18日(火) 体育あそび 19日(水) 誕生会
- 22日(土) にこにこひろば
- 25日(火) わくわくひろば・口座引き落とし
- 26日(水) 体育あそび
- 希望保育1日(土)・8日(土)
- 13日(木)・14日(金)・15日(土)
- 22日(土)・29日(土)

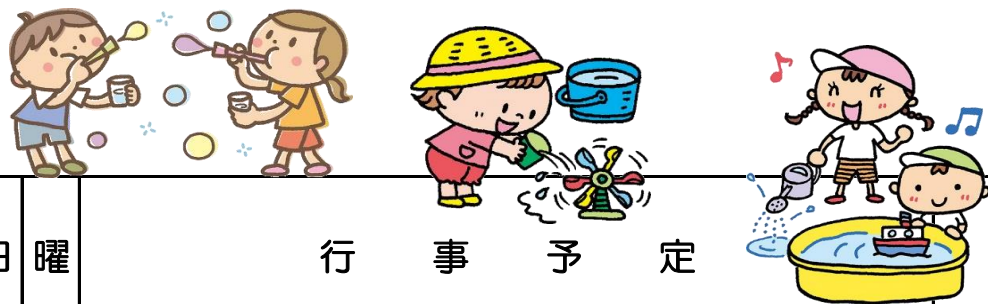
7/9(木) 尿検査
前回は未提出者・新入児は8日(水)に容器を配布いたしますので、朝一番の尿を採取して職員室受付に9:20までに、提出してください。
取れなかった場合も容器・袋はもってきてください。検査の回数が限られますので、必ず採取してきてください。

富士サマーフェスティバル
8/4(火) **すずらん・ひまわり・さくら組**
8/6(木) **ちゅうりっぷ・もも組**
毎朝9:50~各部屋で盆踊り「やさいで音頭」の練習をしています。
子ども達だけで、夏祭りの雰囲気味わいながら、かき氷を食べたりゲームを楽しみます。

ペンキ塗り
8月2日(日)
9:00~
園庭の遊具にペンキを塗ります。
ご協力よろしくお願いいたします。
担当までお知らせください。

さくら組お泊り会
7/10(金)・11日(土)
夕食のカレー作りから始まり、花火にスタンプラリー等子どもも職員も一緒になって楽しいひと時を過ごします。
11日(土)は、9:00までのお迎えをお願いします。
詳細につきましては後日お便りを配布します。





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 木	ノーお菓子デー	八宝菜・キャベツの塩昆布和え・パインアップル	329kcal	大学芋		ミートスパゲティ	
17 金	ももクッキング・布団・シーツ交換日	魚のマヨネーズ焼き・野菜ソテー・なすの浸し・バナナ	381kcal	クリームカナッペ		ヨーグルト(みかん缶・ソース)	
18 土	希望保育	肉豆腐・酢の物・柑橘類	338kcal	シュガートマト		居残り(パンケーキ)	
19 日							
20 月		和風スパゲティ・かぼちゃのオイル焼き・バナナ	340kcal	メロン	オレンジ	ねぎ味噌おにぎり	
21 火	ちゅうりっぷ組クッキング	焼魚・糸切り昆布の煮付け・小松菜の和え物・パインアップル	316kcal	りんご寒天		セサミトースト	
22 水	すずらん組クッキング・布団・シーツ交換日	鶏肉の磯から揚げ・キャベツとベーコンのおかか炒め・茹とうもろこし・柑橘類	351kcal	ココアクッキー		ヨーグルト(もも缶・パイン缶)	ヨーグルト(もも缶・バナナ)
23 木							
24 金							
25 土	希望保育・にこにこひろば	肉じゃが・きゅうりの梅和え・バナナ	354kcal	オクラのマヨネーズかけ		居残り(寒天)	
26 日							
27 月	口座引き落とし	やきとり丼・オクラの和え物・パインアップル	285kcal	柑橘類		ツナサンド	
28 火	わくわくひろば	白身魚の南蛮漬け・じゃがいものそぼろ煮・バナナ	384kcal	ぶどう寒天		チーズクッキー	
29 水	ひまわり組クッキング	オムレツ・ブロッコリーの彩りサラダ・すいか	342kcal	蒸しパン		ヘルシー焼きそば	
30 木		チキンカツ・短冊サラダ・くし型トマト・柑橘類	398kcal	シュガーおさつ		ヨーグルト(ほうれん草・バナナ)	
31 金	布団・シーツ交換日	魚の味噌焼き・きんぴら・かぼちゃの煮付・パインアップル	389kcal	クラッカーピザ		冷やしうどん	

ひとくちメモ 10日(オクラのごま和え)

オクラに含まれる独特のネバネバとした成分は、主に食物繊維で整腸作用を促し、便秘や下痢を予防する効果があるとされています。またオクラにはピーマンの3倍のビタミンB1も含まれており、夏バテなどの疲労回復にも効果が期待でき、ビタミンCも多く免疫カアップや抗酸化作用の効果もある夏にはぴったりの野菜です。
オクラを美味しく食べるには、茹で時間が1分45秒から2分が目安です。色よくゆでたいときは、表面を塩でこすって塩がついたまま茹でるときれいな色に茹で上がり、下味をつけることもできますよ♪



水筒のお茶について

暑くなってきました。水分補給の回数も増えています。少し多めに入れてきてください。
冷たいお茶は胃腸の働きを悪くします。氷のいれすぎに注意してください。



ありがとうございました。
保育材料等頂きました。
藤井さん



334kcal

駐車場について

- ・園庭前の石井表記駐車場は、東から入って園庭側に抜ける一方通行にさせていただいております。
- ・路上駐車をしての送迎はご遠慮ください。
- ・園庭に駐車する場合、石井表記前の駐車場がいっぱいになってから、園庭に駐車するようにしてください

