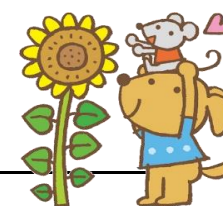


今月の食育目標
食べ物の働きについて知る

8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7月26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 月	かき氷屋さんごっこ	なすと豚肉の味噌炒め・中華風サラダ・オレンジ	315kcal	バナナ		じゃがいものオーロラソース焼き	
2 火	体育遊び・ノー菓子デー	魚のコーンソースかけ・和風サラダ・バナナ	312kcal	青のりトースト		梅ひじきご飯	
3 水	わくわくひろば	鶏肉と昆布の煮込み・キャベツの即席漬け・冷凍みかん	310kcal	ココアクッキー		ヨーグルト(もも缶・アロエ)	ヨーグルト(もも缶)
4 木	平和学習・さくら組スイミング	ポークピカタ・マカロニサラダ・パインアップル	384kcal	シュガーパイ		黒ごまのポンデケーキ	
5 金	太鼓指導日・布団・シーツ交換日	中華丼・フライドかぼちゃ・オレンジ	337kcal	レモン寒天		シナモンラスク	
6 土	希望保育	肉豆腐・塩もみきゅうり・バナナ	327kcal	人参のおかか和え		居残り(大学芋)	
7 日	ペンキ塗り・ワックスがけ						
8 月		鶏肉のカレー焼き・キャベツのおかか炒め・粉ふきいも・バナナ	315kcal	シュガーかぼちゃ		じゃこクッキー	
9 火	もも組クッキング	魚のさざれ焼き・オクラの和え物・くし型トマト・冷凍みかん	299kcal	豆乳パンケーキ		おにぎり	
10 水	布団・シーツ交換日	卵の五目焼き・ごま酢和え・すいか	338kcal	ジャムサンド		フルーツヨーグルト	
11 木	山の日						
12 金	希望保育	焼きそば・ブロッコリーのゆかり和え・バナナ	219kcal	カナッペ		かりんとう	
13 土	希望保育	豚丼・ごまきゅうり・パインアップル	300kcal	オレンジ		居残り(フルーツポンチ)	
14 日							
15 月	希望保育	ミートスパゲティ・チーズポテト・バナナ	359kcal	スナッヅ		ココアパン	

9月の行事予定

1日(木) さくら組スイミング 2日(金) 太鼓指導日
6日(火) 体育遊び 7日(水) わくわくひろば
8日(木) さくら組スイミング 9日(金) お月見会
15日(木) 明細書配布 20日(火) わくわくひろば
21日(水) 誕生会 22日(木) 体育遊び
26日(月) 口座引き落とし 28日(水) わくわくひろば
29日(木) 全体練習

布団
シーツ交換日…2日(金)9日(金)16日(金)22日(木)30日(金)
希望保育…3日(土)・10日(土)・17日(土)・24日(土)



熱中症警戒アラートについて

環境省発表による熱中症アラートをもとに
外遊びを調整しています。
発令された日は、プール等も中止し、室内遊びに
予定を変更しています。
対策として、外遊びを控える・部屋の温度調節・
こまめな水分補給を行っています。

熱中症とは、暑い環境で体温調節ができなくなった
状態で、めまいや吐き気、頭痛、失神等様々な症状
をきたします。誰でもなる可能性があり、運動中
だけでなく室内でも起こります。

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。



保育材料等いただき
ありがとうございました
渡邊さん

8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 火	明細書配布	鶏肉の照り焼き・酢のもの・もずくスープ・オレンジ	204kcal	オレンジポンチ		マドレーヌ	
17 水	さくら組クッキング	魚の五目あんかけ・なすのごま和え・バナナ	316kcal	コーントースト		冷やしうどん	
18 木	ちゅうりっぷ組クッキング	ロコモコ丼・大根ときゅうりのサラダ・パインアップル	337kcal	ブロッコリーの浸し		ヨーグルト(バナナ・人参)	
19 金	ひまわり組クッキング・布団・シーツ交換日	豚肉の甘辛煮・野菜ソテー・かぼちゃの甘煮・すいか	351kcal	ちんすこう		桜えびのいもち	
20 土	希望保育	プルコギ・オクラのごま和え・パインアップル	293kcal	塩トマト		居残り(寒天)	
21 日							
22 月		若鶏の中華風炒め・きゅうりの梅和え・バナナ	298kcal	パインアップル	オレンジ	サンドウィッチ	
23 火	誕生会	ピラフ・ムニエルのトマトソースかけ・じゃがいものソテー・すいか	460kcal	りんご蒸しパン		ヨーグルトムース・ア・ラ・モード	
24 水	体育遊び	豆腐のまり揚げ・春雨サラダ・人参の甘煮・バナナ	429kcal	さつまいものオープン焼き		シスコークッキー	
25 木	すずらん組クッキング・さくら組スイミング・口座引き落とし	夏野菜カレー・キャベツのレモン酢和え・オレンジ	401kcal	和風ラスク		みたらしちくわ	みたらしじゃがいも
26 金	わくわくひろば・布団・シーツ交換日	焼魚・うの花・茹でとうもろこし・パインアップル	310kcal	クラッカーピザ		ヘルシー焼きそば	
27 土	希望保育・にこにこひろば	鶏肉のいなか煮・小松菜とひじきの和え物・オレンジ	284kcal	オクラのゆかり和え		居残り(果物盛り合わせ)	
28 日							
29 月		親子うどん・オクラのマヨネーズかけ・オレンジ	248kcal	きな粉バナナ		クラッカーサンド	
30 火		魚のから揚げ・チンジャオロース・かぼちゃの煮付・パインアップル	326kcal	もも寒天		春巻き	
31 水		肉団子の甘酢あん・きゅうりの即席漬け・バナナ	344kcal	スティックポテト		ヨーグルト(みかん缶・コーンフレーク)	

324kcal

30日(火) チンジャオロース

ピーマンはビタミンCを多く含む食材で、血管、肌、骨などを健康に保ったり、コレステロール値を下げたりする働きがあります。ピーマン独特の香り成分である「ピラジン」は血流を促進する効果もあります。ピーマンは完熟すると赤ピーマンになり、βカロテンやビタミンC、ビタミンEは2倍以上になるといわれています。

ピーマンは緑、赤、黄色など色の種類が様々あるため、料理の彩りもよく仕上がりますよ。

緊急時のメール配信について

希望保育・口座引き落としのお知らせ等メールにてお知らせしておりますが、行事や新型コロナウイルス感染症等で緊急にメール配信をすることがあります。適宜メールの確認をしてください。メールを見られましたら、**必ず開封通知受付を押すようにしてください。開封通知受付を押されますと、園の方でメールの確認状況が把握できません**ので、ご協力お願いいたします。アンケートの場合も、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名がアンケートに返信してください。状況把握のためご協力をよろしくお願いいたします。



ちゅうりっぷ組
平原 千澁が、7月いっぱい
退職することになりました。
保護者皆様には、
大変お世話になり
ありがとうございました。

