7月の給食だより

令和3年7月1日
とほく認定こども園

7月の献立表

曜日／日		未満児おやつ	副　　食	3時のおやつ
月	12 26	お茶　（12，29日） 動物ビスケット	春雨汁 夏野菜サラダ　みかん缶	ミルク ブルーベリーチーズケーキ
火	13 27(誕)	お茶 アンパンマンせんべい	魚フライゴマソース　えのきの味噌汁 わかめとしらすの酢の物	フルーツヨーグルト和え （13．29日）
水	14 28	牛乳 バウムクーヘン	豆腐のチャンプル コールスローサラダ	ミルク フライドポテト
木	1 15 29	バナナ （1．15．26日）	ハッシュドビーフ ブロッコリーの中華和え	牛乳 甘食　（1．15日）
金	2 16(弁) 30	牛乳 おにぎりせんべい	魚の南蛮漬け 豆乳汁	すいか バームロール
土	3 17 31	お茶 ムーンライトクッキー	皿うどん オレンジ	牛乳 パン
月	5 19	お茶 おっとっと	コーン入り味噌汁 ひじきとベーコンのサラダ	ミルク マカロニのあべかわ
火	6 20	牛乳 卵ボーロ	五目炒り卵 小松菜の白和え　（6日）	メロン こつぶっこ
水	7(バ) 21	お茶 ハッピーターン	キャベツバーグ　（1．21日） 盛り合わせサラダ　コンソメスープ	アイスクリーム 白い風船
木	8	牛乳 ぱりんこせんべい	かぼちゃのそぼろ煮 三色酢の物	ミルク スタミナ卵
金	9	棒チーズ	魚のピザ焼き 星の子スープ　（9．20日）	お茶 おにぎり（鮭）
土	10 24	みかん缶	冷やし中華 野菜ジュース	牛乳 パン

＊都合により献立を変更する場合があります。

お誕生会のメニュー

7月27日（火）

夏ずし
ミートボール
インディアンサラダ
コーンクリームスープ
みかん缶
牛乳・ワッフル

未満児：438kcal
以上児：554kcal

バイキングのメニュー

7月7日（水）

タコライス
白身魚の唐揚げ
夏野菜の揚げ浸し

未満児：404kcal
以上児：518kcal

お弁当の日

7月16日(金)

スイカ割り大会

おいしい写真館

お芋の苗を植えました。子ども達には少し難しいかなぁ？秋には大きな芋が収穫できたらいいですねぇ

ラーメンクッキングの鰹だしの味見。香りも味もおいしくて、どんなラーメンになるのか、出来上がりが楽しみです。

さぁ！魔法のラーメンが出来上がりました。嬉しくて思わず笑みがこぼれます。あっという間になくなってしまいました。

正しい箸の持ち方、使い方の練習について、３本の指でクレヨンを持って絵を描き、その絵に沿って、箸を使いポンポンボールを置き、完成させました。、

虫歯予防について、お菓子やジュースのだらだら食べを止め、歯磨きをちゃんとすることを説明し、箸でポンポンボールをはさみ動かす練習をしました。

＊水分補給を大切に～＊

水分補給は麦茶・ほうじ茶・水などの甘くないものにしましょう。また、市販のジュース類は糖分が多いので飲み過ぎない様に気を付けましょう。
暑いと冷たい飲み物をたくさん飲みたくなりますが、冷たいものを摂りすぎると胃腸を壊し、夏バテの原因ともなりますので注意してください。