



1月の給食だよ！

7月の献立表



曜日/日	未満児おやつ	副	食	3時のおやつ
月	14 28	牛乳 アンパンマンせんべい	ゆかり御飯 春雨汁 ひじきと大豆の煮物	ミルク キャラメルコーン
火	1 15 29(義)	お茶 クッキー (ムーンライト)	魚のフライゴマソース 盛り合わせサラダ わかめと油揚げの味噌汁	牛乳 和菓子風みたらし蒸しパン
水	2 16 30	お茶 サッポロポテト	豆腐のチャンプル トマトとわかめのナムル	バナナ・ラングドシャ(2日) お茶・冷やしぜんざい (16. 30日)
木	3(バ) 17 31	お茶 源氏パイ	五目炒り卵 ブロッコリーのツナサラダ	アイスクリーム・白い風船(3日) フルーツヨーグルト和え (17. 31日)
金	4 18	牛乳 ビスコ	魚のピザ焼き 天の川スープ	ミルク 麦のキャラメルスナック
土	5 19	みかん缶	血うどん (5日) 三色そうめん (19日)野菜ジュース	牛乳 パン
月	7	お茶 塩せんべい	豚汁 さっぱり甘酢和え	ミルク マカロニのあべかわ
火	8 22	牛乳 ウエハース	栄養きんぴら ひじきとキャベツのサラダ	メロン パッくんチョコ
水	9 23	バナナ	ポークビーンズ 青菜のきつね和え	ミルク ジャムサンド
木	10 24	お茶 動物ビスケット	ハヤシライス ほうれん草の白和え	牛乳 じゃが芋のチーズガレット
金	11 25(休)	牛乳 ぼたぼた焼きせんべい	魚の利休焼き 夏野菜サラダ	バナナ・ラングドシャ(11日) すいか・バームロール(25日)
土	12 26	お茶 エリーゼ	ジャージャー麺 メロン	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29日(火)

夏すし

チキンナゲット

パンサンズー

星の子スープ

(3時)牛乳・ロールケーキ

未満児：403kcal

以上児：505kcal

バイキングのメニュー

7月3日(木)

タコライス

鶏の照り焼き

にゅうめん

未満児：400kcal

以上児：501kcal

お弁当の日

7月25日(金)



令和7年7月1日
とほく認定こども園・分園

おいしい夏休み



お芋を植えた1歳児のクラス。秋には大きくて、おいしいお芋が収穫できたらいいなあ…と願っています。



年長組のラームメンクッキング。一番の楽しみは、材料を準備して手間をかけて出来上がったラームメンを食べる瞬間！です。



歯磨きの上手な磨き方とむし歯になることの怖さを話し、また、手洗いについても病気を食中毒になる怖さを話しました。



手洗いの大切さや食中毒、熱中症について、どうしたらいい？をO×クイズで楽しみました。生活の中で大切なことも話しました。



「スタミナ食品」ウナギを食べ、夏負けしない体づくりを

「スタミナ食品」として有名なウナギには、各種ビタミンが豊富に含まれています。また、「味覚障害」は亜鉛不足が大きな要因の一つとされていますが、ウナギには亜鉛も多く含まれていて、とても優秀な食材といえます。

「丑の日」に『う』の字がつく物を食べると夏負けしない」という民間伝承がヒントとなって始まったウナギ食。立秋前の18日間で日の十二支が丑である日のことを、土用の丑の日と呼んでいます。
今年7月の土用の丑の日は、「7月19日と7月31日」です。猛暑であるこの時期を乗り切るため、食卓にウナギを出し、子どもたちにも十分な栄養を心がけましょう！

