



令和5年8月1日(火)発行 中妻子供の家保育園 23-5550 担当 菊池

梅雨も明け、気温の高い日が続いていますね。先月末からは園庭にてプール遊びが始まり、子ども達の元気いっぱいの声が響き渡っています。

先月の夏祭りでは、あいにくの天気のため延期となり、親子での参加とはなりませんでした。子どもたちと職員で元気に夏祭りに参加することができました。歌や踊り、お店回りなどみんなで楽しみ、またひとつ思い出が増えました。

今月は十分な休息や水分補給を行いながら元気にプール遊びや水遊びなど夏ならではの遊びにたくさん触れていきたいと思っています。



☆行事予定☆

1日(火)	安全点検
12日(土)~16日(水)	お盆期間(お弁当の日)
21日(月)	読み聞かせの会
22日(火)	誕生会
29日(火)	避難訓練
30日(水)~31日(木)	大平中学校職場体験



※下旬に身体測定を行います。

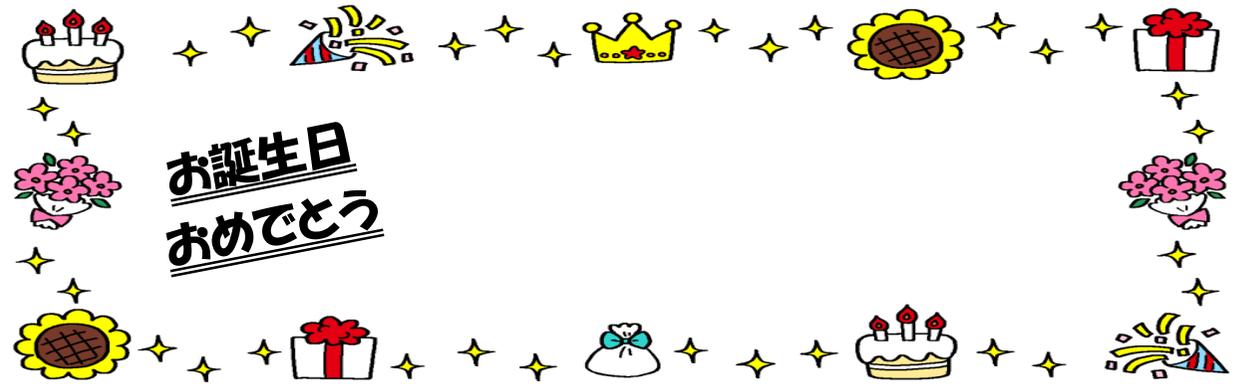
※4日(金)は職員研修のため17:30までの保育となります。ご理解、ご協力をお願いいたします。

☆子育て支援センター☆

2日(水) ぴよんぴよんサークル
 9日(水) 18日(金) 29日(火)
 みんなのひろば
 (ママともえ先生のハンドメイド講座)

☆新しいお友達☆

みんな仲良く遊ぼうね♪



お誕生日 おめでとう

クラスだより

【ぱんだ組】先月の夏祭りでは残念ながら親子での参加とはなりませんでした。みんなで浴衣や甚平を着て、踊りやお店屋さんごっこなど、楽しむことができました！今月は体調にも気を付けながら、のびのびと水遊びやプール遊びなど、夏の遊びを楽しみたいと思います♪

【うさぎ組】夏祭りでは、かわいい甚平や浴衣姿で、ダンスや歌、お店回りを楽しむことができました。準備をありがとうございました。今月はみんなが大好きなプールや水遊びを、体調に気を付けながらたくさん楽しみたいと思います。

【りす組】先月行われた夏祭り。浴衣や甚平を着て、くじ屋さんなどのお店回りを楽しんだ子どもたちでしたよ。また、保育参観ではかわいいキーホルダー作りに親子で取り組むことができましたね☆今月は水遊びやプール遊びを思い切り楽しみたいと思います。

【ひよこ2組】先月の夏祭りは、残念ながら職員と子どもたちで行いしましたが、友達と元気にドラえもん音頭を踊ったり、くじやヨーヨーのお店屋さんを回り、夏祭りの雰囲気を楽しみました。夏本番の今月は健康に気をつけながら水遊びなど思い切り楽しめるといいですね。

【ひよこ1組】先月の夏祭りでは、前日からのあいにくの天気で親子での参加とはなりませんでした。ひよこ1組さん全員で参加することができました。歌やダンスの雰囲気を楽しんだり、お店屋さんで嬉しそうに品物を受け取りながら楽しむことができました。今月は、体調に気をつけながら、水遊びも楽しみたいですね。

【ひよこ0組】7月は七夕会や夏祭りなど、季節の行事を楽しみました。今月は体調を見ながら、温水遊びや沐浴等をして、暑い夏を心地よく過ごせるようにしていきたいです♪



~おねがい~

夏の紫外線の予防と、室内での冷房での冷えを防ぐために、登園の際にはノースリーブなどの肩の出る衣服は着用せず、Tシャツを着用するように、ご協力をお願いします。

また、汗をかくことが多くなる季節なので、肌を清潔に保つためにTシャツの中には必ず肌着を着用するようにお願いします。

こまめな着替えの補充などにもご協力をお願いします。



献立表



2023年度 中妻子供の家保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日付		1日	2日	3日	4日	5日
未満児 おやつ		野菜&フルーツ果汁	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト
給食		鯖の豆乳味噌煮 プロテインサラダ 小松菜カレー醤油和え スープ 果物	豆腐と青菜のチャンプル 粉吹き芋の甘辛和え 切干大根の酢の物 清まし汁 果物	豚肉生姜焼き 茄子とピーマンの甘辛炒め きゅうりの味噌マヨ和え スープ 果物	茄子入り麻婆ラーメン コールスローサラダ ブロッコリーのチーズ焼き 果物 ご飯はいりません	スティックパン キャンディチーズ スープ 果物 ご飯はいりません
おやつ		お好み焼き 牛乳	きなこ団子 牛乳	ごまラスク 牛乳	コーンと人参のおにぎり 牛乳	ぶどう果汁 おせんべい
エネルギー	〈以上児〉 390Kcal 〈未満児〉 460Kcal	〈以上児〉 436Kcal 〈未満児〉 488Kcal	〈以上児〉 383Kcal 〈未満児〉 455Kcal	〈以上児〉 335Kcal 〈未満児〉 421Kcal	〈以上児〉 527Kcal 〈未満児〉 436Kcal	〈以上児〉 464Kcal 〈未満児〉 344Kcal
たんぱく質	20.8g	20.6g	21.2g	18.9g	23.2g	18.4g
脂質	15.6g	24.7g	12.6g	17.7g	15.7g	14.7g
食塩相当量	1.7g	2.6g	2.0g	2.0g	1.8g	1.7g
日付	7日	8日	9日	10日	11日	12日
未満児 おやつ	野菜&フルーツ果汁	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト		ぶどう果汁
給食	五目納豆 きんぴらゴボウ シルバーサラダ みそ汁 果物	ドライカレー 和風スパゲッティソテー キャベツのゆかり和え スープ 果物	和風卵焼き 南瓜の含め煮 小松菜のりしょう油和え みそ汁 果物	野菜焼肉 春雨と胡瓜のサラダ 法蓮草ともやしの和え物 みそ汁 果物		お弁当の日 果物付きのお弁当を お願いします。
おやつ	ジャムバターサンド 牛乳	ポテトとベーコンの蒸しパン 牛乳	ココアバナナケーキ 牛乳	マスカットゼリー 揚げせんべい・牛乳		せんべい 牛乳
エネルギー	〈以上児〉 421Kcal 〈未満児〉 491Kcal	〈以上児〉 399Kcal 〈未満児〉 466Kcal	〈以上児〉 373Kcal 〈未満児〉 448Kcal	〈以上児〉 370Kcal 〈未満児〉 460Kcal	〈以上児〉 124Kcal 〈未満児〉 151Kcal	〈以上児〉 124Kcal 〈未満児〉 151Kcal
たんぱく質	18.2g	18.1g	17.2g	17.9g	5.0g	5.0g
脂質	20.8g	16.7g	17.5g	15.6g	5.5g	5.5g
食塩相当量	2.4g	2.0g	2.0g	1.5g	0.3g	0.2g
日付	14日	15日	16日	17日	18日	19日
未満児 おやつ	牛乳	ヨーグルト	野菜&フルーツ果汁	ヨーグルト	牛乳	牛乳
給食	お弁当の日 果物付きのお弁当を お願いします。	お弁当の日 果物付きのお弁当を お願いします。	お弁当の日 果物付きのお弁当を お願いします。	魚のカラフルマヨネーズ焼き 南瓜マッシュ 胡瓜とトマトの和え物 みそ汁 果物	和風スープスパゲティ 鶏の塩麹から揚げ 大根サラダ 果物 ご飯はいりません	しらすおにぎり みそ汁 ミニトマト 果物 ご飯はいりません
おやつ	ソファール 甘辛せんべい	ビスケット ショア	パウムクーヘン 牛乳	焼きうどん 牛乳	ツナトースト 麦茶	ヨーグルト ぱりんこ
エネルギー	〈以上児〉 129Kcal 〈未満児〉 185Kcal	〈以上児〉 120Kcal 〈未満児〉 149Kcal	〈以上児〉 193Kcal 〈未満児〉 238Kcal	〈以上児〉 345Kcal 〈未満児〉 430Kcal	〈以上児〉 501Kcal 〈未満児〉 418Kcal	〈以上児〉 366Kcal 〈未満児〉 338Kcal
たんぱく質	4.6g	2.1g	5.0g	22.0g	22.5g	18.4g
脂質	2.1g	1.7g	7.2g	14.2g	23.5g	8.3g
食塩相当量	0.1g	0.2g	0.1g	2.2g	3.4g	1.2g
日付	21日	22日 誕生会	23日	24日	25日	26日
未満児 おやつ	ヨーグルト	牛乳	ヨーグルト	野菜&フルーツ果汁	ヨーグルト	野菜&フルーツ果汁
給食	豆腐入り鶏つくね 法蓮草のナムル トマトのオーロラソース みそ汁 果物	チキンケチャップソテー キャベツサラダ いんげんの胡麻和え スープ 果物	竹輪の磯辺揚げ 南瓜の煮物 せん切サラダ みそ汁 果物	卵の袋煮 マカロニサラダ 法蓮草とコーンの和え物 みそ汁 果物	冷しぎつねうどん とり天 ツナとトマトの和え物 果物 ご飯はいりません	ハムサンド ミニトマト 牛乳 果物 ご飯はいりません
おやつ	シェパードパイ 牛乳	キャラットケーキ りんご果汁	茹でもろこし ショア	ごまあんぱん 牛乳	ゆかりおにぎり 牛乳	ミルージュ 南部せんべい
エネルギー	〈以上児〉 350Kcal 〈未満児〉 432Kcal	〈以上児〉 374Kcal 〈未満児〉 463Kcal	〈以上児〉 328Kcal 〈未満児〉 421Kcal	〈以上児〉 443Kcal 〈未満児〉 493Kcal	〈以上児〉 482Kcal 〈未満児〉 413Kcal	〈以上児〉 467Kcal 〈未満児〉 464Kcal
たんぱく質	20.8g	16.7g	21.1g	20.2g	30.1g	17.7g
脂質	18.6g	11.5g	7.0g	20.2g	15.3g	16.9g
食塩相当量	1.8g	1.9g	1.9g	1.7g	2.5g	1.8g
日付	28日	29日	30日	31日	夏野菜が実りました 畑で栽培していた、トマトやきゅうりなどの夏野菜が実りました。子ども達は水やりをしながら茎や葉っぱが大きくなる様子を観察し、実が色づくのを心待ちにしていました。収穫した野菜は給食で頂いたりする予定です。収穫の喜びや、味わった感想を、お子さんにぜひ聞いてみてください☆	
未満児 おやつ	野菜&フルーツ果汁	ヨーグルト	牛乳	野菜&フルーツ果汁	冷たい物の食べすぎ・飲みすぎに注意 暑いとつい手が出てしまう冷たい物ですが、冷たい物の摂りすぎは、おなかを冷やしてさまざまなトラブルを招きます。特にアイスクリームや炭酸飲料には砂糖が多く、含まれ、食欲不振の原因にもなるため注意しましょう。	
給食	鮭のレモン漬け ポテトサラダ ブロッコリーのさっぱり和え みそ汁 果物	麻婆豆腐 さつま芋の甘煮 トマトのドレッシングかけ 清まし汁 果物	夏野菜カレー 法蓮草ともやしのナムル みそ汁 果物	ふわふわ親子煮 ひじきの炒め煮 中華きゅうり みそ汁 果物		
おやつ	ペンネかりんとう 牛乳	フレンチトースト 牛乳	フルーチェ 塩せんべい	マシュマロ玄米フレークスナック 牛乳		
エネルギー	〈以上児〉 423Kcal 〈未満児〉 479Kcal	〈以上児〉 393Kcal 〈未満児〉 462Kcal	〈以上児〉 361Kcal 〈未満児〉 439Kcal	〈以上児〉 399Kcal 〈未満児〉 462Kcal		
たんぱく質	20.5g	18.4g	16.9g	21.6g		
脂質	16.4g	15.4g	14.4g	18.0g		
食塩相当量	1.5g	2.3g	2.8g	2.5g		

夏の風情を味わう“流しそうめん”



ばんだ組さんうさぎ組さんで流しそうめんをしました。流れてくるそうめんや胡瓜をとるのに少し苦戦したものの夏の風情を感じられ、おいしいそうめんも味わい、とても楽しい時間となりました☆

