



7月園だより

R7. 7. 1 鶴住居保育園発行 担当 菊池

先日は、お忙しい中、子育てトークにお越しいただきありがとうございました。今後も保護者の皆様と一緒に、お子さんの成長を見守り、サポートしていきたいと思っておりますので、よろしくお願いします。

毎日、暑い日が続いているので水分補給を十分にしながら、熱中症にならないように気を付けていきましょうね。

今月は、夕涼み会があります。親子でたくさん楽しい思い出を作りましょう！！

～7月の行事予定～

【保育園】

7日（月） 七夕会
18日（金） 誕生会
24日（木） ハッピーチェック
26日（土） 夕涼み会

【子育て支援センター】

7日（月） ふれあいひろば
10日（木） 親子サークル
17日（木） すまいるひろば
26日（土） ふれあいひろば



♪おたんじょうびおめでとう♪

夕涼み会について

☆日時 令和7年7月26日（土）
☆場所 保育園園庭、ホール
（雨天時：ホール）

詳細は、夕涼み会のおたよりをご覧ください。
みんなで楽しく過ごしましょうね！！

～駐車場・登降園時の安全について～

日が長くなり、まだ、お外で遊びたいというお子さんもいるかとは思いますが、降園時、混み合う時間帯もありますので、安全には、十分に気を付けるようお願いいたします。玄関から車までは、必ず、手をつないだり、お子さんから目を離さないようにしましょう。



☆たんぽぽぐみ☆

先月は、お忙しい中、子育てトークにお越しくださりありがとうございました。今後とも一緒にお子さんの成長を見守っていただけたいと思います。先月は、暑くてなかなかお外に行けず残念でしたが、ホールを使用して、たくさん体を動かし遊びました。今月は、水遊びも楽しみたいと思います。夕涼み会もあります。楽しいひと時を過ごしましょう！！

☆すみれぐみ☆

先月の子育てトークは、お忙しい中、ありがとうございました。お家での様子を聞くことが出来、今後の保育に生かしていきたいと思います。今月は、七夕や夕涼み会、水遊びなど、夏ならではの遊びを楽しみながら過ごしたいと思います。

☆こすもすぐみ☆

先月は、お忙しい中、子育てトークに来ていただきありがとうございました。ご家庭での子ども達の様子を聞くことが出来て良かったです。今月は、夕涼み会や水遊びなどがあるので楽しく元気に過ごしていきたいと思います。暑い日が続いているので、水分補給をこまめに行って熱中症にも気を付けていきたいですね。

☆すずらんぐみ☆

先月は、保育参観、給食試食会への参加ありがとうございました。カラーポリで作ったバルーンを使って親子で一緒にふわふわ遊ぶ姿がとても微笑ましく、子ども達の笑顔がたくさん見られた素敵な時間となりましたね♪今月は、夏ならではの遊びが盛りだくさん！泥遊び、水遊び、夕涼み会・・・子ども達の「楽しい！」がいっぱい詰まった1カ月となりそうです。水分補給や体調に気を付けながら元気に夏を満喫していきたいと思います。

☆ひまわりぐみ☆

先月は、お忙しい中、保育参観にお越しいただきありがとうございました。保育園でのお子さんの姿をお見せできたのではないかと思います。6月は、暑さや雨の為、室内で遊ぶことも多かったですが、廃材遊びやゲームなど室内でも楽しめる遊びを満喫しました。7月も楽しい行事が待っています！！水分補給と休息をしっかり行い、元気に参加したいと思います。

☆さくらぐみ☆

先月は、お絵描き列車や三峯の杜運動会への参加と園外での活動が盛りだくさんでしたね。1つ行事を終えるごとに、子ども達の表情も変わっているように感じます。今月は、夕涼み会もあります。お父さん、お母さん、小さいクラスのお友だちが楽しめるのはどんなことを考え、少しずつ準備を始めているさくらさん！！子ども達と一緒にアイデアを出し合いながら進めていきたいと思います。



献立表

2025年度

鶴住居保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日付		1日	2日	3日	4日	5日
給食		松風焼き ビーフンソテー プロテインサラダ すまし汁・果物	なす入り塩マーボー豆腐 ブロッコリーのさっぱり和え ひじきと豚肉の炒め煮 スープ・果物	イカの青のりフライ ほうれん草のごま和え 胡瓜とトマトの酢の物 豚汁・果物	夏野菜の冷やしパスタ 鶏肉の照り焼き キャベツのサラダ スープ・果物 ご飯はいりません	卵サンド 茹で枝豆 牛乳 果物
おやつ	基準値	アメリカンドッグ 麦茶	オレンジゼリー リッツ	揚げあんぱん 牛乳	カルシウムトースト 牛乳	サブレ リンゴ果汁
エネルギー	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉
たんぱく質	440Kcal 460Kcal	454Kcal 484Kcal	345Kcal 431Kcal	385Kcal 449Kcal	458Kcal 355Kcal	513Kcal 501Kcal
脂質	22.0g 21.0g	19.9g 19.4g	20.5g 20.4g	24.2g 20.9g	25.6g 20.4g	18.4g 18.4g
食塩相当量	16.0g 13.8g	24.3g 19.1g	14.1g 12.0g	14.3g 11.0g	18.8g 14.4g	21.1g 18.6g
1.6g 1.4g	2.5g 1.8g	1.8g 1.4g	1.6g 1.2g	3.2g 2.3g	1.4g 1.4g	
日付	7日 七夕会	8日	9日	10日	11日	12日
給食	七夕そばろちらし御飯 ツナとトマトの和え物 天の川サラダ すまし汁・果物 ご飯はいりません	鰻の包み揚げ ラタトゥー 小松菜とコーンの和え物 みそ汁・果物	スパニッシュオムレツ 粉吹き芋の甘辛和え 法蓮草ののり和え すまし汁・果物	とうもろこしのミートボール 中華風冷奴 小松菜のサラダ みそ汁・果物	豚肉の生姜焼き ブロッコリーの和え物 みそ汁 果物	ロールパン ハンバーグ ミニトマト 牛乳・果物
おやつ	七夕ゼリー 星たべよ	ちんすこう 牛乳	おからドーナツ ジョア	さつまいもパイ 牛乳	クッキー ジョア	野菜果汁 ビスケット
エネルギー	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉
たんぱく質	604Kcal 463Kcal	413Kcal 444Kcal	399Kcal 467Kcal	460Kcal 480Kcal	383Kcal 444Kcal	501Kcal 386Kcal
脂質	19.5g 16.9g	20.7g 19.1g	21.0g 22.0g	22.6g 17.1g	21.9g 19.2g	24.9g 20.8g
食塩相当量	16.8g 13.3g	17.3g 13.7g	12.3g 9.1g	21.3g 14.8g	17.1g 11.4g	20.8g 14.6g
1.8g 1.3g	1.7g 1.3g	1.6g 1.3g	2.1g 1.4g	1.4g 0.9g	1.1g 0.7g	
日付	14日	15日	16日	17日	18日 誕生会	19日
給食	しらす納豆 ひじきと豚肉の炒め煮 胡瓜の酢の物 みそ汁・果物	ふわふわキーマカレー ブロッコリーのチーズ焼き 大根のゆかり和え コーンスープ・果物	ほうれん草のキッシュ 春雨と胡瓜のサラダ 粉吹き芋みそかけ すまし汁・果物	鮭の洋風焼 切干大根のカレーソテー 小松菜の五目和え みそ汁・果物	チキングラパン ブロッコリーの胡麻和え トマト カブのスープ・果物 ご飯はいりません	ハムサンド ミニトマト 牛乳 果物
おやつ	おから人参ケーキ 牛乳	プリン おせんべい	黒糖アガラサー 牛乳	豆乳わらび餅 牛乳	フロースンヨーグルト クラッカー	ソファール おせんべい
エネルギー	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉
たんぱく質	415Kcal 447Kcal	388Kcal 462Kcal	418Kcal 450Kcal	417Kcal 444Kcal	551Kcal 437Kcal	327Kcal 436Kcal
脂質	20.9g 18.4g	18.1g 19.2g	20.3g 15.5g	23.8g 21.1g	22.0g 18.8g	11.5g 15.1g
食塩相当量	17.9g 12.8g	19.0g 16.4g	15.6g 10.8g	18.5g 14.5g	22.8g 17.8g	12.2g 13.1g
2.1g 1.5g	2.6g 1.9g	2.3g 1.6g	2.0g 1.5g	2.3g 1.8g	1.2g 1.2g	
日付	21日	22日	23日	24日	25日	26日
給食	海の日 	ピーマン入りハンバーグ ひじきと豚肉の炒め煮 コールスローサラダ みそ汁・果物	たらふく天ぷら ごぼうとコンニャクの味噌煮 フレンチサラダ・果物 豆腐のカレースープ	豚肉と厚揚げの甘味噌炒め もやしと青菜の胡麻和え トマトの塩昆布和え すまし汁・果物	カレーうどん ツナとナスのソテー たたき胡瓜 果物 ご飯はいりません	
おやつ		ピザトースト 牛乳	茹でもろこし 麦茶	マシュマロ玄米フレークスナック ジョア	まがりせんべい 牛乳	
エネルギー	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	
たんぱく質	444Kcal 502Kcal	335Kcal 401Kcal	351Kcal 435Kcal	458Kcal 360Kcal		
脂質	25.3g 18.6g	20.7g 19.9g	22.3g 23.2g	24.8g 19.7g		
食塩相当量	19.5g 17.7g	13.6g 11.5g	9.4g 8.6g	16.9g 15.6g		
2.3g 1.6g	1.6g 1.2g	2.1g 1.6g	2.2g 1.5g	2.2g 1.5g		
日付	28日	29日	30日	31日	☆7日(月)は、七夕会です。 完全給食となりますので、 以上児さんも白いご飯は いりません。 ☆4日・18日・25日(金)は、完全 給食の日です。 以上児さんご飯はいりません。 ☆26日(土)は、夕涼み会です。暑い 日が予想されますので水分補給をしながら、 ご家族皆さんで、ぜひ楽しんでくだ さい☆	
給食	鯖の生姜焼き オクラのおかか和え トマトサラダ 洋風豚汁・果物	豆腐ステーキのきのこソースかけ もやしとコーンの甘酢和え ズッキーニのツナ炒め みそ汁・果物	卵の袋煮 マカロニソテー ブロッコリーのごま酢和え みそ汁・果物	鮭のみそ焼 春雨サラダ 大豆の甘辛揚げ すまし汁・果物		
おやつ	レーズンスティック 以：牛乳 未：麦茶	フレンチトースト 牛乳	チーズスコーン 牛乳	人参ショートブレッド 牛乳		
エネルギー	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉	〈以上児〉 〈未満児〉		
たんぱく質	400Kcal 415Kcal	369Kcal 411Kcal	464Kcal 479Kcal	445Kcal 495Kcal		
脂質	21.9g 18.5g	20.1g 18.3g	22.2g 20.1g	23.5g 19.6g		
食塩相当量	18.9g 14.1g	14.6g 10.3g	19.4g 15.1g	20.2g 15.0g		
2.2g 1.6g	1.8g 1.3g	2.1g 1.5g	2.1g 1.5g			

畑にたくさん野菜の苗が仲間入りしました

ちびっこ畑に、さつま芋・茄子・ミニトマト・きゅうり・ピーマンと新しい野菜が仲間入りです！
5月に植えたじゃが芋は白や紫のお花が咲き、収穫まであと1ヶ月ほどとなりました。
地植えしてあるいちごも真っ赤になり、さくら組さんが収穫して給食で味わいました(^^)



いちご、甘くて
おいしかったよ！



水やりも
やるぞー



さつま芋の苗に
土をかけて...



暑い夏... 食欲が落ちたときは！

にんにくやしょうがなどの香味野菜やカレー粉などの香辛料を料理に使うと、食欲が増す効果があります。
冷房の冷やしすぎや冷たいものの食べすぎは胃腸が弱まる原因となるので、気をつけましょう。

