



7月の目標 熱中症に気をつけよう

高い気温の日が続き、汗をかく季節となりました。
熱中症にならないために、こまめに水分補給を摂るようにしましょう。
また、夏には冷たい飲み物をつい飲んでしまいがち…。子どもさんたちには
少し冷やした麦茶やほうじ茶、水分の多い果物(桃、ぶどう、すいかなど)を
与え、冷やしすぎには注意をお願いします。



～6月にクッキングをしました～

☆ひまわり・ばら組さん くからすのパン屋さん



個性豊かなパンができ、子どもたちは大喜びでした♪



☆たんぽぽ・すみれ組さん くフルーチェ作り



★お知らせ★

7月23日(火)

クッキング

ひまわり・ばら組さんが「ピザトースト」作りをします。

エフロン・三角巾の準備をお願いします。



日 曜	献立	9時おやつ	3時おやつ
1 月	鶏肉のもろみ焼き・ひじき納豆・キャベツの味噌汁・バナナ	棒チーズ	★イチゴ蒸しパン
2 火	白身魚のピカタ・きゅうりの中華和え・はんぺんのお吸い物・パイン缶	ヨーグルト	★バナナケーキ
3 水	チーズ入り厚焼き卵・ツナマヨサラダ・野菜スープ・キウイ	ミレービスケット	★おにぎり
4 木	鯖のみぞれ煮・こっばなます・じゃが芋の味噌汁・黄桃缶	カルシウムウエハース	★フルーツサンド
5 金	鶏の竜田揚げ・レタスサラダ・春雨のお吸い物・バナナ	カルシウムせんべい	パピコ
6 土	味噌ラーメン・チャーハン・みかん缶	ハーベスト	アンパンマン揚げせん
8 月	鮭のタルタル焼き・人参金平・中華スープ・りんご	棒チーズ	★七夕クッキー
9 火	牛丼・チョコレギサラダ・すまし汁・バナナ	いりこ	ゼリー・せんべい
10 水	カレイのみりん焼き・チーズ納豆・豆腐の味噌汁・みかん缶	鉄ウエハース	★おふラスク
11 木	ビーフシチュー・ブロッコリードレッシングかけ・トマト・キウイ	クラッカー	★キャロットケーキ
12 金	竹輪の含め煮・ほうれん草の胡麻和え・コンソメスープ・パイン缶	棒チーズ	★みかんヨーグルト
13 土	ナポリタンスパゲティ・ロールパン・黄桃缶	ミレービスケット	おにぎりせんべい
16 火	スタミナ焼肉・ごぼうサラダ・きのこの味噌汁・みかん缶	ヨーグルト	★チーズ蒸しパン
17 水	魚の塩焼き・梅納豆・かきたま汁・キウイ	カルシウムウエハース	★リッツサンド
18 木	肉じゃが・きゅうりの昆布和え・トマト・パイン缶	いりこ	★ピーチゼリー
19 金	鯖のごまみそ焼き・グリーンサラダ・南瓜スープ・りんご	ハーベスト	プチボルガ
20 土	かきたまうどん・わかめご飯・黄桃缶	バナナ	こつぶっこ
22 月	鶏肉のレモン焼き・もやしのナムル・厚揚げの味噌汁・みかん缶	カルシウムせんべい	★マカロニあべかわ
23 火	鮭のムニエル・スパゲティサラダ・わかめのお吸い物・りんご	鉄ウエハース	★ピザトースト
24 水	とんかつ・カリカリ納豆・オクラのスープ・パイン缶	クラッカー	コーンフレーク
25 木	だし巻玉子・人参しりしり・玉ねぎの味噌汁・オレンジ	棒チーズ	★のり塩じゃがいも
26 金	豚肉の生姜焼き・りんご入りポテトサラダ・けんちん汁・黄桃缶	ミレービスケット	メロン
27 土	冷やし中華・バナナ	カルシウムウエハース	アンパンマンキャラメルコーン
29 月	鯖のカレーチーズ焼き・野菜炒め・白菜のスープ・キウイ	いりこ	★フルーチェ
30 火	焼き鳥・フレンチサラダ・わかめの味噌汁・みかん缶	ハーベスト	★さつま芋ボール
31 水	千草炒め・肉味噌納豆・きのこ汁・バナナ	カルシウムせんべい	★ツナパン

すみれ・もも組の飲み物は(月・水・金)牛乳(火・木)スキムミルク、たんぽぽ組以上はスキムミルクです。

誕生会です。

新メニューです。

クッキングです。

★は手作りおやつです。