



# しょくじだより



こんにちは、きゅうしょくです。



## スペシャルくじ屋さん



今年のくじ屋さんはひと味違って、ガチャガチャのくじでした。

お菓子よりもガチャガチャに興味津々の子どもたち。

当たった子は嬉しそうにアイス食べたよと話してくれました。

アイスを食べられなかった子は、

「アイス食べたかった〜」と

残念そうでした。来年は当たりますように！



見事大当たりしたお友達。

アイスをゲット！おめでとう！

## すいかのカットショー



ランチルームですいかのカットショーをやりました。

今年初のすいかにみんな釘付け！

大きなすいかが半分になると

「おお〜！」と歓声があがり

盛り上がりました。



「大きいちょうだい」や「おかわりください」など、みんなたくさん食べて、初物のすいかを堪能しました。



## 7月の予定

### かき氷屋さん



7月5日(水)

藤枝市にある、まるか村松さんが保育園に来てくださって、かき氷屋さんをやります。どんな味があるかな？お楽しみに〜！

(うめ・幼児対象)

### 土用の丑の日



7月28日(金)

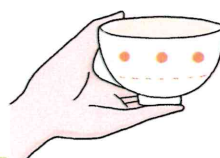
今年の土用の丑の日は7月30日です。

「う」がつくものを食べると夏負けしないとされていて、保育園でもうなぎを食べます。

子どもも大人もみんなで作ってみよう！

正しく茶碗を持ってみよう！

茶碗の持ち方



こうやって持てるとかっこいいね！





# 献立表



令和5年度7月

福)五和会 大津保育園

日	曜	午前のおやつ	クッキング	材料名	3時おやつ
1	土			土曜給食	菓子
3	月	スティック人参		野菜とベーコンのスープスパゲッティ しめじのポテトサラダ バナナ	ぱりぱりピザ 牛乳
4	火	せんべい		米飯 ウィンナーの包み揚げ もやしサラダ 枝豆 野菜のカレースープ バナナ	ゆでとうもろこし ジョア 
5	水	バナナ		米飯 肉団子の甘辛煮 ちくわのマリネ 豆腐のみそ汁 メロン	<b>かき氷屋さん</b>
6	木	乳酸菌飲料	出前クッキング 土っ子	米飯 白身魚の南蛮漬け いんげんとハムのおかか和え ワンタンスープ オレンジ	麩のラスク ジョア
7	金	ビスケット		<b>雨の子ランチ</b> 	ミニドック 牛乳
8	土			土曜給食	菓子
10	月	バナナ 牛乳	出前クッキング 水っ子	夏野菜カレー コールスローサラダ すいか	かぼちゃケーキ
11	火	ふかしいも		米飯 ひじきと豆腐のつくね きゅうりのひたひた 夏野菜のみそ汁 オレンジ	<b>お菓子屋さん</b> 
12	水	ビスケット		米飯 しらすととねぎの卵焼き さといもと豚肉の炒め煮 わかめのみそ汁 チーズ	ウィンナーズコーン 牛乳
13	木	せんべい		米飯 魚の竜田揚げ 春雨フルーツサラダ かき玉汁 バナナ	たいやき
14	金	乳酸菌飲料		手作りのパン チキンサラダ コーンスープ ミニぶっちゃんプリン	ソーダゼリー
15	土			土曜給食	菓子
18	火	せんべい		米飯 鮭のムニエル 切り干し大根のサラダ 豚汁 バナナ	ドーナツ
19	水	乳酸菌飲料		米飯 ポップコーンチキン 納豆サラダ わかめスープ すいか	コーンマヨトースト 自家製飲むヨーグルト
20	木	ミレーフライ		<b>園外保育</b>	<b>アイス屋さん</b> 
21	金	バナナ		<b>おたのしみ弁当</b> 	フルーチェ
22	土			土曜給食	菓子
24	月	乳酸菌飲料		米飯 からあげ もやしのカレー風味 貝だくさん島田汁 オレンジ	チョコっとプリン
25	火	スティック人参		冷やし豆乳坦々うどん ポテトフライ 枝豆 もも缶	7月おたんじょうびケーキ 菓子
26	水	せんべい 牛乳		米飯 和風ミートローフ 彩りきゅうりの酢の物 えのきとチンゲン菜のすまし汁 バナナ	きなこシュガーラスク  ジョア
27	木	ビスケット		米飯 鉄ふりかけ しゅうまい ナムル しめじの野菜スープ ミニゼリー	ツナと枝豆のお手軽パン
28	金	バナナ		うな玉丼 ブロッコリーのしらす和え にゅうめん汁 メロン <土用の丑の日>	米パフクッキー 牛乳
29	土			土曜給食	菓子
31	月	せんべい	出前クッキング 太陽っ子	米飯 なすのチーズ焼き ツナのマカロニサラダ さわやか島田汁 オレンジ	マンゴープリン

	1エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	503	18.3	16	213	2.3	184	0.3	0.29	22	5.2	1.8
目標量	574	22.9	15.9	259	2.5	214	0.31	0.36	22	3.6	1.6
充足率(%)	88	80	101	82	92	86	97	81	100	144	113
3才未満児	435	14.8	13	208	1.9	173	0.25	0.26	20	4.6	1.5
目標量	463	18.5	12.9	213	2.3	188	0.25	0.28	20	3.3	1.5
充足率(%)	94	80	101	98	83	92	100	93	100	139	100

\*都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

## おたのしみ弁当 21日(金)



給食で作ったごはんやおかずを持参したお弁当箱に詰めます。  
 毎月お楽しみ弁当の日があります。ふじ・つばき・さくら・うめ組は忘れないよう空のお弁当箱を  
 包みに入れて持たせて下さい。お弁当箱に詰めると色々な所に行って食べる楽しさがあります。  
 (もも・たんぽぽはいりません)