

日曜	保育行事	保育指導	連絡事項	誕生日おめでとう	日曜	献立	主食	おやつ
1水		体育/音楽指導・B		くわばらかなた	1水	肉じゃが, 納豆, 味噌汁	ごはん	おにぎり, お茶
2木	歯科検診(0-3歳児)			かわぐち調理員	2木	伴八宝, 菜飯, スープ	ごはん	ジャムサンド, 野菜果汁
3金			すみれ会議 消防設備点検	せきもとかずと	3金	豚丼, シーズンサラダ, ミニトマト, 味噌汁	ごはん	ホットケーキ, 牛乳
4土	希望保育: 出欠は木曜日までにご連絡ください				4土	親子うどん, りんご	めん	お好み焼き, お茶
5日				なみかわりお よこやまさおり	5日			
6月	身体測定(森・虹)			検尿容器配布	6月	五目鶏ごはん, ゆかり和え, かき玉汁	ごはん	お好み焼き, お茶
7火	七夕会, 身体測定(空・太)	防災訓練		検尿容器回収	7火	七夕カレー, ミモザサラダ, スイカ	ごはん	七夕そうめん, お茶
8水		習字指導			8水	酢豚, 中華スープ, オレンジ	ごはん	ジャムサンド, 野菜果汁
9木	お弁当の日	年長園外保育(くらがり溪谷)			9木	お弁当の日		スティックパン, 果汁
10金		体育/音楽指導・A			10金	豚肉のしょうが焼き, ミニトマト, 味噌汁	ごはん	おにぎり, お茶
11土	希望保育 弘法様命日		父母会役員会 おやじの会	すぎうらりょうが にしざわかなこ先生	11土	カレーうどん, オレンジ	めん	
12日					12日			
13月	内科検診(3-5歳児)			むらいかなと	13月	炒り鶏, 納豆, みそ汁	ごはん	黒糖入りわらびもち, 牛乳
14火		交通指導	定期集金	こばやしももな ふかつりょうた やまもとひかり やまもとなつき おかはらさき	14火	麻婆豆腐丼, きゅうりの変わり漬け, スープ	ごはん	そうめん, お茶
15水					15水	グラタン, キャベツのスープ, ゆかりご飯, オレンジ	ごはん	おにぎり, お茶
16木		体育/音楽指導・B			16木	サマーシチュー, ごぼうサラダ, わかめご飯	ごはん	ジャムサンド, 野菜果汁
17金	内科検診(0-2歳児)			にしかわさくや	17金	ドライカレー, キャベツとコーンのサラダ, スープ	ごはん	焼きジャガ, お茶
18土	希望保育: 出欠は木曜日までにご連絡ください		父母会役員会予備	みしまえば先生	18土	肉うどん, ヨーグルト和え	めん	
19日			寺の市	よしきななみ	19日			
20月	身体測定(花の家)				20月	レタスピラフ, 鶏肉入り野菜スープ, オレンジ	ごはん	マスカルポーネパン, 牛乳
21火		習字指導		そねはらしょうた	21火	かじきの竜田揚げ, おかか和え, みそ汁	ごはん	そうめん, お茶
22水		体育/音楽指導・A			22水	なす入りミートスパゲッティ, フレンチサラダ, スープ	めん	ジャムサンド, 野菜果汁
23木	海の日				23木			
24金	スポーツの日				24金			
25土	希望保育: 出欠は木曜日までにご連絡ください			くらたかずゆき すぎやまいくと	25土	きつねうどん, りんご	めん	
26日					26日			
27月					27月	骨太ご飯, 伴三絲, ミニトマト, すまし汁	ごはん	ピンキーパン, 牛乳
28火	おたんじょうかい				28火	鶏のからあげ, ゴママヨネーズ, 骨太チーズ, みそ汁	ごはん	フルーツサンデー, お茶
29水					29水	餃子, ごま和え, 納豆, みそ汁	ごはん	そうめん, お茶
30木		体育/音楽指導・B		ぬまたかの	30木	鶏肉のトマト煮, キャベツとパインのサラダ, とうもろこし	ごはん	ジャムサンド, 野菜果汁
31金	なつまつり		お泊り保育説明会(16:30~17:00)	たかやなぎかいせい	31金	ひじきご飯, みかんときゅうりのゴマ酢和え, みそ汁	ごはん	コーン蒸しパン, 牛乳

連絡事項: わからないことがある場合は、担任までお尋ね下さい。

- 夏は特に体力を消耗します。健康に夏を乗り切るには、朝ごはんは大切です。おいしく朝ご飯を食べるために、規則正しい生活と、早寝、早起きに配慮をお願いします。
- 今月の弘法様命日は土曜日です。車で送迎の場合、いつもの南にある職員駐車場をご利用ください。
- 今月の「おやじの会」は、池の補修と園庭の雑草除去などを予定しております。多くの参加をお願いします。作業時間は、8:30~12:00までですが、参加時間は自由です。大勢の参加をお待ちしております。

8月の主な行事予定 : 行事は変更となる場合があります。

3月	交通指導	8土	夏季希望保育~15日	父母役員会: 無
4火	防災訓練	18火	カレーライスパーティー	おやじの会: 無
5水	園外保育(年中)	20木	身体測定(花の家)	ぼっぼの会: 無
6木	身体測定(森・虹)	25火	誕生会	
7金	身体測定(空・太)	27木	お泊り保育~28日(年長)	弘法命日: 10日(月)

7月10日は納豆の日

保護者の方から
「保育園の納豆って何が入ってます?」と聞かれることがあります。
「保育園の納豆は食べるのに、家では食べないんです。」なんてことも。
園では「ひきわり納豆」にしょうゆと砂糖を1:1で合わせたタレを混ぜています。そして隠し味のものが入っています!味噌汁やすまし汁の時は削り節で出汁をとるので、残った削り節を絞ったものを混ぜています。おうちでは花かつおを混ぜてもいいですね。

1992年に全国納豆協同組合連合会が「納豆をたくさん食べよう」とこの日を「納(7)豆(10)の日」と定め、全国的な記念日になりました。「納豆の日」には保育園レシビの納豆、是非お家でも試してみてください。

☆夏バテを防ぐポイント☆

- 「夏」 夏野菜を積極的に摂り
- 「バ」 バランスよく食べ
- 「テ」 鉄分が不足しないよう注意し
- 「し」 食欲が増すよう酸味や香味野菜を活用し
- 「な」 納豆などビタミンB群を含む食品で疲労回復
- 「い」 胃腸にやさしい食事のとりかたを心がけましょう。

