



7月の園だより

令和7年6月30日

旭保育園

さくら組が育てているピーマンやトマトが次から次へと実を膨らませ、収穫が楽しみになってきました。

先日の運動会は、雨の心配はなかったものの例年になく暑さとの闘いでした。保護者様のご協力により、無事終えられたことを感謝すると共に、子どもたちの一生懸命頑張る姿には沢山の感動をもらいました。温かい拍手や応援が、子どもたちにとって大きな自信になった事と思います。また、心温まる感想も沢山頂き、ありがとうございました。今後の保育の励みになります。

梅雨はまだまだ続きそうですが、子どもたちの体調に十分気を付けながら、夏ならではの遊びを楽しんでいきたいと思っています。

<7月の保育目標>



乳児組・・・夏の遊びを楽しむ

幼児組・・・夏ならではの、行事や遊びを十分に楽しむ



7月の行事予定



- 1日(火) 身体測定 (3～5歳児)
- 2日(水) 身体測定 (2歳児)
- 3日(木) 身体測定 (1歳児)
- 4日(金) 身体測定 (0歳児)
- 7日(月) 七夕集会 10:00～
- 8日(火) リトミック教室 (うめ・さくら組)
- 10日(木) さくら組クッキング (カレー作り)
- 14日(月) フットサル教室 (うめ・さくら組)
- 15日(火) リトミック教室 (うめ・さくら組)
- 18日(金) 夏まつり



盆踊り会 (幼児組と保護者) 17:30～

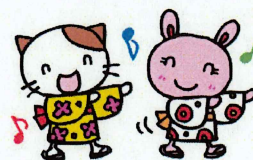
※詳しくは裏面をご覧ください。

- 22日(火) うめ・さくら組縦割り保育開始

赤・黄・緑チームに分かれて過ごします。(8/25日まで)

リトミック教室 (もも組)

- 24日(木) 7月の誕生会



◎布団・防災頭巾の持ち帰りについて

個人布団と防災頭巾を持ち帰っていただき、洗濯後、薄くなった名前は書き直してから園にお持ちください。**25日(金)**に持ち帰っていただきます。天候や弟妹関係により、その日が無理な場合は、お申し出ください。別日でも構いません。



☆ 盆踊り会 ☆

7月18日(金) 17:30~18:00 ※雨天中止

◎もも・うめ・さくら組と保護者

- ・徒歩または自転車でお越しください。
- ・自転車は、保護者駐車場へ置いてください。
- ・お迎えの車は、斜め前の職員駐車場をご利用ください。
(車を、そのまま駐車しておくことはできません。)
- ・園内、園付近は禁煙です。
- ・給水所は設けませんので、必要ならば各自でご用意ください。
- ・お子様が着替えをする場合は、保護者の方でお願いします。



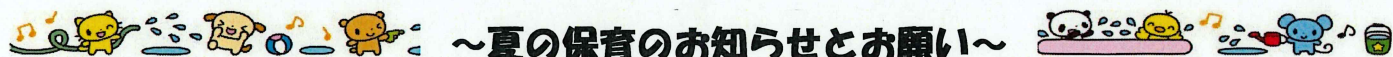
☆ 夏まつり ☆



乳児 7月17日(木)

幼児 7月18日(金)

職員と子どもたちで、楽しみます。
何をやるかは、お楽しみに！



- 夏の研修や休暇の為、担任が不在の日があります。お迎えの人が替わったり、連絡先の変更、いつもと違う所に行かれる時などは、必ずお知らせください。
- 遅れての登園や欠席の連絡も、安否確認・給食の準備の都合上、**朝9時まで**に入れてください。
- 夏のお休みがわかっている場合は、事前にお知らせを頂けると助かります。事前にご連絡を頂いている場合には、朝の電話連絡はいりません。

＜合同・混合保育について＞

子どもたちの登園人数により、年齢での合同保育・異年齢での混合保育や縦割り保育になることがあります。それに伴い、保育室が変わることもありますことをご承知おきください。

他のクラスの子や異年齢児の子との交流も増えます。また、担任以外の保育者とのふれあいや同年齢では味わえない兄弟姉妹のような関係も芽生えたりします。

*縦割り保育は、うめぐみとさくらぐみを**黄グループ・赤グループ・緑グループ**に分けて保育します。

8月の予定



- 1日(金) 身体測定(3~5歳児)
- 4日(月) 身体測定(2歳児)
- 5日(火) 身体測定(1歳児)
- 6日(水) 身体測定(0歳児)
- 26日(火) リトミック教室(うめ・さくら)
- 28日(木) 8月生まれの誕生会

*12日(火)~15日(金)は、
プール・シャワーはありません。

2025年

7月の予定献立表

旭保育園

曜 日	乳児組 午前おやつ 主 食	献 立 名	材 料 お よ び 体 内 で の 働 き			おやつ	栄養価(幼児) エネルギー 蛋白質 脂質 塩分	行 事 おおよび 連 絡 事 項
			血や肉に なるもの	熱や力に なるもの	体の調子を 整えるもの			
1 火	かし 牛乳	ご飯 豚肉と野菜のカレー炒め おくらのおかか和え みそ汁☆	豚肉 厚揚げ	米 油	玉葱 人参 オクラ 大根 かぼちゃ ピーマン カレー粉 塩 もやし	バナナブレッド 牛乳	611(582) 23.3(21.8) 25.6(23.2) 1.6(1.5)	1日 幼児組 身体測定
2 水	かし 牛乳	麦ご飯 鶏肉のトマトソース煮 しらすサラダ すまし汁☆	鶏肉 豆腐 しらす チーズ	米 麦 油 ごま	トマト缶 きゃべつ きゅうり 人参 茄子 スズキニレモン えのきたけ わかめ	せんべい クッキー 牛乳	528(511)22.5(21.2) 18.5(18.6) 1.9(1.7)	2日 2才 身体測定
3 木	かし 牛乳	チャンポン麺 高野豆腐の煮つけ オレンジ	豚挽肉 なんと 海老 高野豆腐	中華麺 ごま油	きゃべつ 人参 もやし チンゲン菜 オレンジ	トミルククリームサン 牛乳	468(457) 22.4(21.1) 15.1(15.0) 1.9(1.7)	3日 1才 身体測定
4 金	かし 豆乳	麦ご飯 和風ミートローフ 中華風酢の物 パナナ	豚挽肉 卵 豆腐 ハム 脱脂粉乳	米 麦 ごま油 春雨	玉ねぎ 人参 グリンピース ひじき きゅうり もやし コーン缶 パナナ	バナナアボカドせんべい 牛乳	609(593)22.8(21.8) 17.9(18.6) 1.1(1.0)	4日 0才 身体測定
5 土	かし 牛乳	焼うどん じゃが芋のみそ汁	豚肉 油揚げ	油 うどん じゃが芋	きゃべつ 人参 もやし 青のり 玉葱	チーズ蒸しパン せんべい 牛乳	420(419) 16.5(16.4) 11.3(11.0) 2.2(1.9)	
7 月	かし 牛乳	麦ご飯 かわいいの煮つけ ほうれん草のごま和え みそ汁☆	かわいい 油揚げ 鶏ささみ肉	米 麦 里芋 ごま	ひじき コーン缶 もやし	七塔ゼリー せんべい 牛乳	497(490) 24.9(23.2) 8.5(9.7) 2.6(2.3)	7日 七夕集会
8 火	かし 牛乳	ご飯 高野豆腐の肉巻き煮 さつま芋の天ぷら レタススープ	豚肉 高野豆腐 ハム	米 油 さつま芋	えのきたけ 人参 レタス 玉葱	トアップルヨーグルト パンケーキ 牛乳	635(596) 25.6(23.7) 22.4(21.8) 1.1(1.0)	8日 リトミック うめ・さくら組
9 水	かし 牛乳	麦ご飯 花シューマイ 切干大根のソース炒め パナナ	豚挽肉 豆腐 豚肉	米 麦 ごま油 油 シューマイ皮	玉葱 干しいたけ 切干大根 人参 いんげん つきこんにゃく パナナ	トブルーベリーチーズ サンド 牛乳	655(606) 24.6(22.9) 17.9(17.3) 1.1(1.1)	
10 木	かし 牛乳	カレーライス (ちゅうりっぷ組: シチュウ) ブロッコリーのツナ和え オレンジ	豚肉 脱脂粉乳 ツナ缶	米 油 じゃが芋	玉葱 人参 グリンピース ブロッコリー もやし オレンジ	アイスクリーム せんべい 麦茶	558(534) 16.9(16.7) 15.6(16.3) 1.4(1.3)	10日 さくら組クッキング
11 金	果物 豆乳	麦ご飯 チキン南蛮 きゅうりとかまぼこサラダ みそ汁☆	鶏肉 豆腐 かまぼこ	米 麦 油 ごま ごま油	生姜 きゃべつ きゅうり パセリ わかめ えのきたけ 大根 らっきや甘酢	トバナナココア蒸しパン 牛乳	634(587) 23.4(21.5) 25.6(23.2) 1.9(1.6)	
12 土	かし 牛乳	焼きそば 豆腐とわかめのみそ汁	豚肉 豆腐	油 中華麺 じゃが芋	きゃべつ 人参 もやし 青のり 玉葱 わかめ	黒糖ロールパン せんべい 牛乳	462(465) 18.3(18.0) 13.0(13.9) 2.3(2.4)	
14 月	かし 牛乳	麦ご飯 鮭のトマト煮 切り昆布の炒り煮 冬瓜スープ	鮭 油揚げ 卵	米 麦 油	にんにく トマト缶 生姜 レモン 切り昆布 つきこんにゃく 人参 冬瓜 ほうれん草 いんげん	トプリン せんべい 牛乳	504(492) 24.8(23.1) 12.0(13.4) 4.8(4.0)	14日 フットサル教室
15 火	かし 豆乳	ご飯 マーボー豆腐 ちくわの刀剣風味揚げ ゴーグル	豚挽肉 ヨーグルト 豆腐 ちくわ	米 油 ごま油	生姜 玉葱 人参 筍 干しいたけ ニラ にんにく カレー粉 オレンジ	トしらすおかかおにぎり 牛乳	657(619) 27.4(25.5) 18.3(17.5) 1.8(1.6)	15日 リトミック うめ・さくら組
16 水	かし 牛乳	麦ご飯 鶏肉のマーマレード焼き ジャーマンポテト みそ汁☆	鶏肉 ハム 厚揚げ	米 麦 油 じゃが芋	マーマレードジャム 玉葱 切干大根 もやし パセリ	トピザトースト 牛乳	593(557)28.3(25.8) 23.3(21.3) 1.9(1.8)	
17 木	かし 牛乳	ご飯 煮込みハンバーグ ひじきの炒り煮 パナナ	豚鶏挽肉 卵 豆腐 油揚げ 脱脂粉乳	米 油	玉葱 ひじき 人参 しらす バナナ グリンピース	ト豆乳わらびもち 牛乳	604(571)24.9(23.2) 20.0(19.8) 1.7(1.5)	
18 金	かし 牛乳	レーズンパン 鶏のから揚げ ポテトサラダ オレンジ	鶏肉 ウインナー	レーズンパン じゃが芋	きゅうり 人参 オレンジ コーン缶	ト鮭と青菜のおにぎり 牛乳	550(522)21.3(20.3) 22.8(21.2) 1.4(1.4)	18日 盆踊り
19 土	かし 牛乳	ビーフン炒め かぼちゃのみそ汁	豚肉 豆腐	油 ビーフン	きゃべつ 人参 もやし 青のり わかめ かぼちゃ 玉葱	デニッシュパン せんべい 牛乳	422(420)15.9(15.9) 11.8(12.4) 2.1(1.9)	
22 火	かし 牛乳	ご飯 茹で豚のごまだれ 人参シリシリ みそ汁☆	豚肉 豆腐 ツナ缶 卵	米 油 ごま ごま油	生姜 長葱 人参 なめこ きゃべつ 大根	トブルーンホットケーキ 牛乳	600(568)26.0(24.0) 22.2(21.6) 1.5(1.4)	22日 リトミック もも組
23 水	かし 牛乳	麦ご飯 鶏肉のさっぱり煮 かぼちゃの煮つけ オレンジ	鶏肉 卵	米 麦 油	生姜 にんにく かぼちゃ 茄子 玉葱 いんげん オレンジ	トフルーツポンチ 牛乳	563(540)24.9(23.2) 17.0(16.9) 1.0(1.0)	
24 木	果物 豆乳	青菜ご飯 豚肉のバーベキューソース ブロッコリーサラダ すいか	豚肉 チーズ	米 麦 油 ごま	青菜の素 玉葱 人参 りんご にんにく 生姜 ブロッコリー コーン缶 すいか	お米でタルト せんべい ヤクルトジョア	592(583)19.9(20.2) 20.1(19.8) 1.1(1.1)	24日 誕生日会
25 金	かし 牛乳	五目焼きそば とうもろこし みそ汁☆	豚肉 桜えび	中華麺 油	きゃべつ もやし 人参 パプリカ 青のり とうもろこし 大根 えのきたけ わかめ	ト大豆そぼろおにぎり 牛乳	484(478)21.6(20.2) 13.8(14.3) 2.0(2.0)	
26 土	かし 牛乳	サラダうどん かぼちゃのみそ汁	ツナ缶 油揚げ かまぼこ	茹でうどん	人参 きゅうり 干し椎茸 かぼちゃ 玉葱 わかめ もやし	スティックパン せんべい 牛乳	377(387)15.5(15.9) 11.6(12.2) 2.9(2.6)	
28 月	かし 牛乳	麦ご飯 かじきの角煮 かぼちゃのサラダ 夏豚汁☆	かじき ハム 豚肉 豆腐 油揚げ	米 麦	かぼちゃ 人参 きゅうり グリンピース きゃべつ 玉葱 大根 茄子	トフライドポテト 牛乳	639(599)25.3(23.5) 25.6(24.4) 2.2(1.9)	
29 火	かし 牛乳	ご飯 豚肉のはちみつ生姜焼き スパゲティサラダ パナナ	豚肉	米 油 スパゲティ はちみつ	生姜 きゃべつ きゅうり 人参 玉葱 小松菜 パナナ	トフルーチェ 牛乳	624(582) 21.9(20.8) 22.3(20.8) 1.1(1.1)	
30 水	かし 豆乳	食パン 茄子のミートソース煮 いんげんのツナええ ヨーグルト	豚挽肉 チーズ ツナ缶 ヨーグルト	パン 油 生クリーム マカロニ	玉葱 人参 茄子 いんげん もやし トマト缶	トたぬきおにぎり 牛乳	521(516)21.4(20.8) 13.3(13.5) 1.0(1.2)	
31 木	かし 牛乳	ご飯 お好み焼き風卵焼き オクラ納豆 オレンジ	豚挽肉 卵 納豆 しらす	米 油	きゃべつ 人参 ピーマン 青のり オクラ 玉葱 ひじき オレンジ	トきざしバターサンド 牛乳	547(526) 22.8(21.5) 17.2(17.6) 0.9(0.9)	

冬瓜(とうがん)

夏が旬のウリ科の野菜です。名前の由来は丸ごと冷暗所においておけば冬まで持つことから言われています。水分が多く味にクセがないため色々な味付けの料理に使えます。




ばくばくレシピ『とうがん汁』

① 冬瓜は種とわたをとり、皮をむいて2cm角に切る
玉葱は薄切、ほうれん草は長さ2cmに切り茹でておく
② 鍋に水と①の野菜を入れ、沸騰したら
中火にし5分ほど煮込む
③ 具材が軟らかくなったら溶き卵を回し入れ、調味料で味を整える
※トロトロになった冬瓜とふわり卵の美味しい汁です

3歳以上児平均提供栄養量・(1)末満児: エネルギー552(530)・蛋白質22.4(21.2)・脂質17.8(17.6)・食塩1.8(1.6)

◇汁ものに☆がついている日は、みそ汁にはぼしとかつお節の混合だしをすまし汁には昆布とかつお節の混合だしを作っています。マークがついている日はてづくりおやつです。食材の都合で献立を変更する場合があります。