

保護者各位

金沢愛児園



7月の園だより

梅雨入りしてもお天気が良く気温が高い日が続いていましたが、やっと梅雨らしくなってきました。これからの季節、夏野菜を育てて収穫したり、プールや水遊び、幼児クラスはスイカ割りやかき氷なども予定していて、夏ならではの遊びを満喫したいと思います。暑さを乗り越えられるよう体調の変化に早く気づいたり、水分補給や睡眠をしっかりとり、夏本番に備えたいですね。

☆☆7月の行事予定☆☆

★7日(月) 誕生会・七夕

★体操教室 3、17、31日(木)・・・7、8月はクラス別にプール指導になりますが、天候により変更になります。

★7月の写真撮影は、7日(月)、25日(金)です。



☆6月23日(月)にプール開きがありました。

プールや水遊びの時の約束事を紙芝居などを通して確認したり、プールではテープカットをして安全祈願をしました。プール内に放水すると子どもたちからは「キャーッ!!」と歓声があがっていました。今年はたくさんプールや水遊びができるといいですね。

暑さ指数(WBGT)を基準に安全に配慮しながらプールや水遊びなどを行います。

プール、水遊びの準備、毎日の検温などお願いします。



* 地域交流 *

【 29日(火) 水遊び 】

10:00～11:00 まで、園庭を開放して地域のお子さまに水遊びを楽しんでいただこうと思います。

(暑さ指数によっては中止になることもあります。)



* お知らせとお願い *

★8月のお休み予定について

「8月の予定表」を配布いたします。給食発注の関係上、7月11日(金)までに提出をお願いします。

★掲示板が

リニューアルしました!!



★今年もご近所から笹をいただきました。お願い事を書いて飾りたいと思います。

☆みんなの願いがとどきますように・・・





金沢愛児園
2025年7月号

夏本番の暑さとなってきました。この時期は、急に暑くなるために食欲が低下して水分ばかりをとりがちです。暑さ対策をしっかり行い、暑い夏を乗り切りましょう。

各クラスの食育活動の様子



- ・すみれ組では6/10に昼食のメロンを切り分ける様子を見ました。切る前に匂いを嗅いでみると「きゅうりみたいな匂い」「くさい!」といった反応でしたが、半分に切り断面を見せると「種がいっぱい」「いい匂い!」「すご〜い!」と大喜びでした。切り分け終えて配ると、おかずよりも先にメロンをぺろりと食べる子もいました。
- ・もも組では6/10にソフトフランスとコールスローサラダの盛り付けを行いました。見本の量を見ながら、ソフトフランスはトング、コールスローサラダはスプーンを使って盛り付けました。自分で盛り付けることが嬉しく、いつもより食べようとしてたり、喜んでいました。
- ・たんぽぽ組では6/11におやつのスィートポテトパンで使うさつまいもに触れました。「やさいさん」の絵本を読んで、さつまいものページになったら本物のさつまいもを見せることで、「あー! おいも!」と興味津々な様子で触ることができました。

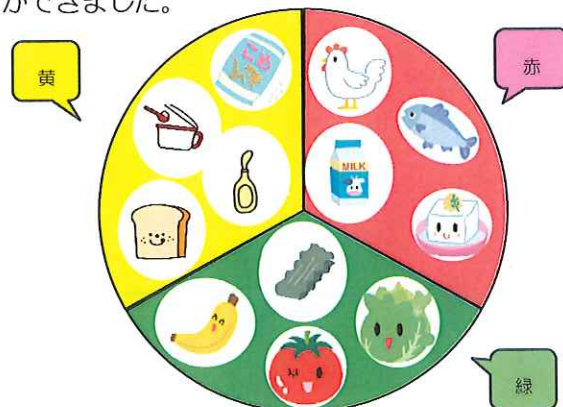
とうもろこしの皮むき

子どもたちの大好きなとうもろこし。黄色い粒は、見たことも食べたこともあります。実の数だけある長いヒゲ、それらを包む緑の皮までついた丸ごと一本のとうもろこしを見たことがない子も多くいるでしょう。愛児園では、旬の夏にはとうもろこしの皮むきにチャレンジします! 思った以上に力のいる作業ですが、頑張ってもらいます。自分でむいたとうもろこしの味は格別のおいしさです。



三色食品群のお話を聞きました!

6/2の歯科健診の日に、すみれ組〜さくら組では「たべもの列車げんき号」の劇を通して三色食品群のお話を聞きました。食べると力が出る「ちから号」は黄、からだが大きくなる「からだ号」は赤、からだの調子良くなる「ちようし号」は緑です。その日の給食のたべものがそれぞれの役割ごとにげんき号の車両に乗り込んで列車が元気よく出発するお話で、とても楽しく三色食品群について知ることができました。



玄関・ゆり組にて給食レシピ配布中です!

・オニオンブレッド

・切干大根の中華風サラダ

2025年07月

金沢愛児園 献立表

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (1人当り)	材 料 名 <三色食品群別> (※は10時おやつ ○は午後おやつ)				3時おやつ ※牛乳の量は 乳児100/幼児150cc
			熱と力になるもの <黄>	血や肉や骨になるもの <赤>	体の調子を整えるもの <緑>	調味料	
01 火	御飯 カレー肉じゃが 三色野菜のおかか和え 厚揚げと大根のみそ汁	492.5(441.8) 19.4(18.0) 16.5(16.0) 1.8(1.5)	米、じゃがいも、○食パン、 ○ノンエッグマヨネーズ、砂 糖、油	○牛乳、豚肩ロース肉、生揚げ、 みそ、○粉チーズ、かつお節、 牛乳	もやし、たまねぎ、にんじん、こまつ な、だいこん、ねぎ、○あおのり	煮干だし汁、しょうゆ、 本みりん、カレー粉	青のりチーズトースト 牛乳
02 水	ソフトフランス レバーミートローフ フレンチサラダ コーンクリームスープ	598.3(477.2) 24.6(21.0) 16.0(15.1) 2.3(1.7)	ソフトフランス、○米、パン 粉、○こまご、砂糖、油	牛乳、豚ひき肉、スキムミルク、 豚レバー、牛乳、バター、○牛乳	たまねぎ、キャベツ、クリームコー ン缶、きゅうり、コーン缶、にんじん、○ わかめご飯の素	酢、中濃ソース、ケ チャップ、鶏がらス ープ、食塩、パセリ粉	わかめおにぎり 麦茶
03 木	御飯 かじきのマヨネーズ焼き ひじきのマリネ 小松菜のみそ汁	544.5(459.0) 28.2(23.1) 18.5(16.8) 1.4(1.1)	米、○マカロニ、○砂糖、パ ン粉、油、ノンエッグマヨ ネーズ、砂糖	○牛乳、かじき、ツナ油漬缶、○ きな粉、みそ、○スキムミルク、 ○牛乳	だいこん、きゅうり、たまねぎ、こまつ な、にんじん、ひじき、しょうが	煮干だし汁、酢、しょう ゆ、パセリ粉、食塩、○ 食塩	マカロニきな粉 牛乳
04 金	ジャージャー麺風うどん みかんサラダ 白菜のすまし汁 オレシジ※すみれ組以上	572.9(490.2) 23.4(20.6) 17.8(16.7) 1.8(1.4)	○米、干しうどん、ノンエッ グマヨネーズ、ごま、ごま 油、砂糖	○牛乳、豚ひき肉、○鶏もも肉、 みそ、テンメンジャン、○パ ター、○牛乳	キャベツ、たまねぎ、みかん缶、はくさ い、オレシジ、○にんじん、きゅうり、 ブロッコリー、○たまねぎ、にんじん、 にんじく、しょうが	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、ケチャップ、 ○鶏がらスープ、本み りん、食塩、酒、○パセリ 粉、○食塩	チキンピラフ 牛乳
05 土	肉豆腐丼 もやしサラダ お慈とわかめのみそ汁	598.2(501.7) 22.7(19.7) 20.5(18.5) 2.1(1.6)	米、○食パン、ノンエッグマ ヨネーズ、砂糖、お慈、ご ま、片栗粉、○砂糖	○牛乳、木綿豆腐、豚肉(肩ロ ース)、○ホイップクリーム、みそ、 ○無塩バター、○牛乳	もやし、たまねぎ、はくさい、○かぼ ちや、きゅうり、ねぎ、にんじん、えの きたけ、わかめ	煮干だし汁、しょうゆ、 本みりん	かぼちゃペーストサンド 牛乳
07 月	*遊生会・七タメニュー* そぼろのちらし御飯 キャベツの昆布和え セタ汁 すいか※すみれ組以上	519.5(441.4) 17.0(15.6) 12.5(12.6) 1.7(1.4)	米、○寒天青りんごゼリーの 素、○寒天ぶどうゼリーの 素、干しとうもろこし、砂糖、ご ま	○牛乳、豚ひき肉、○牛乳	キャベツ、すいか、○みかん缶(液 汁)、にんじん、○みかん缶、○白松 菇、○真塩布、たまねぎ、オクラ、コ ーン缶、塩昆布、しょうが、焼きのり	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、酒、本み りん、食塩、和風だし系の 素	寒天入りフルーツポンチ 牛乳
08 火	御飯 カレーの変わり焼き ひじきと切干大根の煮物 ほうれん草のみそ汁	496.0(408.3) 24.8(19.7) 12.5(12.9) 1.8(1.4)	米、ノンエッグマヨネーズ、 ○カルシウムゼンべい、砂 糖、油	○牛乳、かだい、さつま揚げ、み そ、○牛乳	○とうもろこし、たまねぎ、ほうれん そう、にんじん、切り干しだいこん、ひじ き、にんじく	煮干だし汁、かつお・昆 布だし汁、しょうゆ、 ケチャップ、本みりん、酒	ゆでとうもろこし カルシウムゼンべい 牛乳
09 水	ソース焼きそば 南瓜のレモン煮 わかめとねぎのスープ パナ※すみれ組以上	496.4(427.5) 15.3(14.7) 8.1(9.9) 2.3(1.8)	焼きそばめん、○米、砂糖、 ○こまご、ごま油	豚肩ロース肉、○ハム、○しらす 干し、○牛乳	パナナ、かぼちゃ、キャベツ、もやし、 ○ブロッコリー、たまねぎ、コーン缶、 にんじん、ピーマン、ねぎ、レモン果 汁、わかめ、あおのり	やきそばソース、しょう ゆ、○しょうゆ、鶏がら スープ、食塩、○食塩	ハムとじゃこの混ぜ御飯 麦茶
10 木	食パン 鶏肉のバーベキューソース焼き おからサラダ 冬瓜のスープ	415.6(377.5) 20.2(18.5) 9.2(10.7) 1.6(1.3)	○米、食パン、ノンエッグマ ヨネーズ、○こまご、砂糖	鶏もも肉、おから、ツナ油漬缶、 ○牛乳	ブロッコリー、とうがん、たまねぎ、に んじん、○塩昆布、にんじく	ケチャップ、しょうゆ、 酒、中濃ソース、鶏がら スープ	昆布おにぎり 麦茶
11 金	御飯 厚揚げの和風炒め 三色野菜のごま和え しめじとお慈のみそ汁	582.5(491.6) 22.2(19.3) 21.9(19.5) 1.6(1.3)	米、○玄米フレーク、○マ ジョロ、すりごま、片栗 粉、お慈	○牛乳、生揚げ、豚肩ロース肉、 ○無塩バター、みそ、○牛乳	もやし、たまねぎ、にんじん、こまつ な、しめじ	煮干だし汁、しょうゆ、 本みりん、和風だし系の 素	玄米フレークスナック 牛乳
12 土	ハヤシライス マカロニサラダ かぶのスープ	589.4(505.9) 18.4(16.7) 19.9(19.4) 1.7(1.4)	○さつまいも、米、マカロ ニ、ノンエッグマヨネーズ、 油、砂糖	○牛乳、豚肩ロース肉、ツナ油漬 缶、○牛乳	たまねぎ、にんじん、きゅうり、かぶ、 キャベツ、かぶの葉、コーン缶	ハヤシライス、ケチャ ップ、鶏がらスープ、中 濃ソース、酢、しょうゆ、 ○食塩、食塩	ふかし芋 牛乳
14 月	【新メニュー】夏野菜と大豆のミート スパウティ ゴママヨサラダ オニオンスープ パナ※すみれ組以上	530.9(454.7) 19.0(17.4) 12.8(13.3) 1.9(1.5)	○米、じゃがいも、スパゲ ティ、ノンエッグマヨネ ーズ、すりごま、○こまご、油、 砂糖	だいず水無塩缶、豚ひき肉、ツナ 油漬缶、○しらす干し、スキムミ ルク、粉チーズ、○牛乳	パナナ、たまねぎ、カットトマト缶、 きゅうり、にんじん、黄ピーマン、な す、スズキキ、○わかめご飯の素	中濃ソース、ケチャ ップ、鶏がらスープ、し ょうゆ、酒、パセリ粉	じゃこわかめおにぎり 麦茶
15 火	御飯 中華風ローストチキン オクラの納豆和え えのきとお慈のみそ汁	522.4(449.5) 27.1(23.3) 14.5(14.2) 1.6(1.3)	米、○ホットケーキミッ クス、○ノンエッグマヨ ネーズ、お慈、ごま、ごま油、油	○牛乳、鶏もも肉、○牛乳、焼き わが納豆、○ハム、みそ、○スキ ムミルク、○牛乳	もやし、たまねぎ、○たまねぎ、オク ラ、えのきたけ、にんじん、にんじく、 しょうが	煮干だし汁、しょうゆ、 本みりん	オニオンブレッド 牛乳
16 水	御飯 豚肉のカレー揚げ キャベツのみそフレンチ なめごと豆腐のみそ汁	609.9(504.6) 26.2(22.3) 25.7(22.0) 1.6(1.3)	米、片栗粉、○クラッカー、 油、ノンエッグマヨネーズ、 小麦粉、ごま、ごま油	○牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、○ ツナ油漬缶、○クリームチーズ、 みそ、○牛乳	キャベツ、なめこ、にんじん、ねぎ、 しょうが	煮干だし汁、酒、しょう ゆ、カレー粉	ツナチーズのクラッカー サンド 牛乳
17 木	御飯 かだいのみそ照り焼き 冬瓜のそぼろあんかけ わかめのみそ汁	448.0(387.0) 25.0(20.7) 9.8(10.6) 1.6(1.2)	米、○砂糖、砂糖、片栗粉、 油、○黒ごま、○片栗粉	○牛乳、かだい、豚ひき肉、み そ、○牛乳	○かぼちゃ、とうがん、たまねぎ、にん じん、わかめ、しょうが	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、本みりん、 酒、○しょうゆ、食塩	大学かぼちゃ 牛乳
18 金	ぶどうパン マカロニチキングラタン グリーンサラダ トマトのスープ	531.6(482.0) 20.7(18.8) 12.0(12.8) 1.9(1.5)	○米、ぶどうパン、マカロ ニ、小麦粉、油、砂糖	牛乳、鶏もも肉、チーズ、スキム ミルク、バター、○牛乳	たまねぎ、キャベツ、トマト、きゅう り、ブロッコリー、○とうもろこし、し めじ、コーン缶、万能ねぎ、○こんぶ (だし用)	酢、鶏がらスープ、○ 酒、食塩、○食塩、パセ リ粉	とうもろこし御飯 麦茶
19 土	豚肉チャーハン きゅうりともやしのナムル キャベツのスープ	492.1(428.3) 17.6(16.1) 15.7(15.0) 1.8(1.5)	米、○食パン、○じゃがい も、○ノンエッグマヨネ ーズ、ごま、ごま油	○牛乳、豚ひき肉、○牛乳	もやし、たまねぎ、○きゅうり、きゅう り、にんじん、キャベツ、○にんじん、 あおのり	鶏がらスープ、しょう ゆ、酒、○食塩、食塩	ポテトサラダサンド 牛乳
22 火	御飯 かじきのみそマヨネーズ焼き 切干大根の中華風サラダ 小松菜のすまし汁	476.4(409.7) 21.6(18.6) 12.1(12.5) 1.4(1.1)	米、○ソフトおせんべい、○ 玄米フレーク、すりごま、砂 糖、ノンエッグマヨネーズ、 ○砂糖、ごま油	○ヨーグルト(無糖)、かじき、 ○ホイップクリーム、○スキムミ ルク、みそ、○牛乳	○みかん缶、○パイナップル、たまねぎ、に んじん、きゅうり、こまつな、切り干し だいこん、○干しぶどう、しょうが	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、酢、本み りん、酒、食塩、パセリ粉	フルーツヨーグルト おせんべい 麦茶
23 水	御飯 レバーのかりん揚げ 鶏翅和え モロヘイヤのみそ汁	459.5(415.1) 23.0(20.8) 9.1(10.7) 2.5(2.0)	米、○生中華めん、片栗粉、 油、ごま、○ごま油、砂糖	豚レバー、○ハム、みそ、油漬 け、○牛乳	もやし、キャベツ、○もやし、たまね ぎ、○きゅうり、にんじん、モロヘ イヤ、焼きのり、しょうが、○わかめ	煮干だし汁、○かつお・ 昆布だし汁、○冷やし中 華のたれ、ケチャップ、 中濃ソース、しょうゆ、 酒	冷やし中華 麦茶
24 木	フランスパン※乳児はバターロール かぼちゃシチュー 玄米フレークのザクザクサラダ オレシジ※すみれ組以上	486.3(475.0) 17.3(17.1) 10.1(14.2) 1.9(1.5)	○米、フランスパン、小麦 粉、玄米フレーク、砂糖、ご ま油、油、バターロール	牛乳、鶏もも肉、○豚ばら肉、ス キムミルク、バター、○牛乳	かぼちゃ、キャベツ、たまねぎ、きゅう り、オレシジ、にんじん、○にんじん、 ○刻みごまご	○本みりん、○しょう ゆ、酢、しょうゆ、○ 酒、鶏がらスープ、パセ リ粉	豚肉と刻み昆布の混ぜ御 飯 麦茶
25 金	タコライス バイクドボテ ほうれん草のスープ	524.4(433.0) 19.7(17.4) 16.5(15.6) 1.4(1.1)	米、じゃがいも、○ホッ トケーキミックス、○ケー キシロップ、油	○牛乳、豚ひき肉、○牛乳、チ ーズ、○バター、○牛乳	たまねぎ、トマト、キャベツ、ほうれ んそう、にんじん、あおのり	ケチャップ、鶏がらス ープ、中濃ソース、カレ ー粉、食塩、しょうゆ	ホットケーキ 牛乳
26 土	ちゃんぽんうどん スイートポテトサラダ	478.1(426.9) 13.4(13.4) 9.4(10.8) 1.5(1.3)	さつまいも、○米、干しう ど、ノンエッグマヨネーズ、 ごま油、○ごま油	鶏もも肉、○ツナ油漬缶、なる と、○牛乳	キャベツ、きゅうり、もやし、にんじ ん、ねぎ、干しぶどう、○塩昆布、○あ おのり	しょうゆ、鶏がらス ープ、食塩	シーチキンと塩昆布の混 ぜ御飯 麦茶
28 月	御飯 まぐろカツ キャベツのおかか和え 油揚げと小松菜のみそ汁	665.5(544.1) 27.1(22.2) 26.7(22.5) 1.5(1.2)	米、○ホットケーキミッ クス、油、パン粉、小麦粉、○ 砂糖、黒ごま	○牛乳、かじき、○ヨーグル ト(無糖)、○牛乳、○無塩バ ター、みそ、○スキムミルク、か つお節、油揚げ、○牛乳	キャベツ、○パナナ、たまねぎ、こまつ な、にんじん	煮干だし汁、しょうゆ、 本みりん	パナナヨーグルトケーキ 牛乳
29 火	五日ラーメン ピーマンのツナ和え オレシジ※すみれ組以上	484.4(428.6) 19.4(17.9) 12.1(12.7) 1.9(1.5)	中華めん、○米、○ごま、ご ま、砂糖、ごま油	鶏もも肉、ツナ油漬缶、○チ ーズ、○かつお節、○牛乳	ピーマン、もやし、にんじん、オレン ジ、キャベツ、コーン缶、ねぎ	酢、酒、○しょうゆ、 しょうゆ、ラーメンス ープ	チーズおかかおにぎり 麦茶
30 水	野菜たっぷり夏マーボー丼 春雨サラダ お慈のすまし汁	613.9(511.0) 20.9(18.3) 23.5(20.8) 1.4(1.1)	米、○小麦粉、はるさめ、○ 砂糖、ごま油、片栗粉、お 慈、ごま、砂糖	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、○ 無塩バター、○牛乳、○きな粉、 ○スキムミルク、みそ、テンメン ジャン、○牛乳	たまねぎ、にんじん、きゅうり、もや し、なす、トマト、ピーマン、コー ン缶、にんじく、しょうが	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、酢、○ペー キングパウダー、本み りん、食塩、酒	きな粉クッキー 牛乳
31 木	コッパパン 鶏肉のマーマレード焼き コールスローサラダ 【新メニュー】ワンドスープ	538.5(432.9) 26.4(21.9) 11.9(12.1) 2.5(1.8)	コッパパン、○米、ワンド ンの皮、ノンエッグマヨ ネーズ、油、○油、砂糖、ごま油	鶏もも肉、豚ひき肉、○鶏むね 肉、○みそ、○牛乳	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、○たま ねぎ、にんじん、○コーン缶、○ピー マン、コーン缶、低糖度マーマレード	○ケチャップ、しょう ゆ、酢、酒、鶏がらス ープ、○鶏がらス ープ、○カレー粉、食 塩	パエリア風御飯 麦茶

※割合により変更することがございます。 ※10時おやつは乳児クラス(つぼみ・たんぽぽ・すみれ組)のみ牛乳100ccを提供しています。