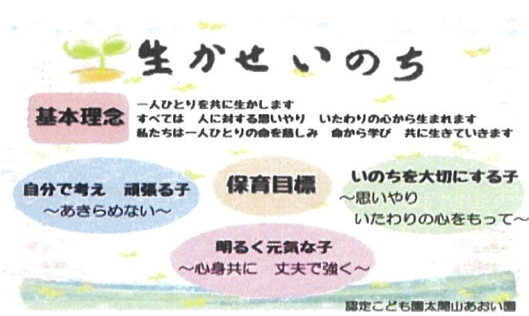




行事予定	お知らせ
1 日 (金)	
2 日 (土)	
3 日 (日)	
4 日 (月)	
5 日 (火) 夏期保育・サマーフェスティバル	【1号認定 夏期保育について】 夏期保育は、夏休み中の1号認定のお子さんの登園日です。園に来て友達や先生と楽しく過ごしましょう！欠席される場合は、必ず連絡をお願いします。1号認定のお子さんは、給食を食べて13:00降園となります。通常通りバスの運行を行います。
6 日 (水)	
7 日 (木) 発育測定 (以上児)	
8 日 (金) 発育測定 (未満児)	
9 日 (土)	
10 日 (日)	
11 日 (月) 山の日	
12 日 (火)	
13 日 (水) お盆保育期間	
14 日 (木)	
15 日 (金)	
16 日 (土)	
17 日 (日)	
18 日 (月)	
19 日 (火)	
20 日 (水)	※ 9月特別保育申し込み締め切り日
21 日 (木)	
22 日 (金)	
23 日 (土)	
24 日 (日)	夏休みやお盆休みなどはご家族でゆっくりと過ごし、楽しい「夏」をお過ごしください♪
25 日 (月)	
26 日 (火) 避難訓練	
27 日 (水) 夏期保育・誕生会	
28 日 (木) 交通安全指導	
29 日 (金) 以上児午睡終了	
30 日 (土)	
31 日 (日) ※～8/31 (日) まで夏休み	

【今後の予定】

- ・ 9月1日(月) 始業式 ※1号認定 午前保育 11:20降園
- ・ 6日(土) 園庭整備
(こあら・ひよこ・りす・うさぎ・ぱんだの保護者の方)
- ・ 24日(水) 運動会予行練習 ※園児のみで行います。
- ・ 27日(土) 運動会 (以上児) ※雨天順延
- ・ 29日(月) 誕生会

- ・ 10月3日(金) ミニ運動会 (2歳児)
- ・ 8日(水) 陶芸体験 (らいおん組)
- ・ 9日(木) 陶芸体験 (ぞう組)





鷹 寺 学 園 I N F O R M A T I O N



今年は夏の始まりが早く、しかも連日暑さが続いています。
この暑さの中でも子ども達と楽しいことを見つけるのに夢中です。
だからこそ私達大人は、水分をとることや休憩をとることの大切さを伝える必要があります。
ご家庭でも、状況をよく見て子ども達の体調をよく観察してください。

夏休み中は…

2・3号認定のお子さんは、家庭的なゆったりとした時間の流れの中で過ごします。
年齢別ではなく、異年齢のクラス編成です。
(預かり保育のお子さんも含めます)

預かり保育・延長保育では…

長時間家庭から離れることは、園児にとって「精神的に負担がかかる」ということです。お子さんの状況をよくご覧の上ご利用ください。



挨拶の大切さ

- ・あいさつ (人と接する第一歩)
 - ・ありがとう (感謝する心)
 - ・ごめんなさい (反省する心)
- 大人も子どもも実践しましょう。

お約束の言葉に…

【どんな小さなことでも良いことは進んでしましよう。悪いことはすぐやめましよう。】という部分があります。
「夏休み中も忘れないでね」というお話をしました。
挨拶も含めて、できていたら、たくさんほめてあげてください。



◎早寝早起き朝ごはん



夜更かしをする→朝早く起きられない→朝食をしっかりとれない→やる気が生まれにくいなど悪い循環が生まれてしまいます。

「早寝・早起き・朝ごはん」を習慣にすることで、生活リズムが安定し、毎日の学びや遊びに集中しやすくなります。朝にきちんとリズムが整うことで、1日の過ごし方が前向きになり、ストレスも軽減される効果があります。

*日ごろから心がけたいですね。

◎給食費・保育料等納入金について

8月25日(月)を予定しています。



月	火	水	木	金	土	日
 【お知らせ】 ・献立は都合により変更することがあります。 ・●印がついている日は主食はいりません。 ・☆印は手づくりおやつです。 ・◎印は「きときとの日」です。 5日（火）かぼちゃ、29日（金）白ねぎです。 ・◆は郷土料理です。	【お知らせ】 ・献立は都合により変更することがあります。 ・●印がついている日は主食はいりません。 ・☆印は手づくりおやつです。 ・◎印は「きときとの日」です。 5日（火）かぼちゃ、29日（金）白ねぎです。 ・◆は郷土料理です。	【お知らせ】 ・献立は都合により変更することがあります。 ・●印がついている日は主食はいりません。 ・☆印は手づくりおやつです。 ・◎印は「きときとの日」です。 5日（火）かぼちゃ、29日（金）白ねぎです。 ・◆は郷土料理です。	【お知らせ】 ・献立は都合により変更することがあります。 ・●印がついている日は主食はいりません。 ・☆印は手づくりおやつです。 ・◎印は「きときとの日」です。 5日（火）かぼちゃ、29日（金）白ねぎです。 ・◆は郷土料理です。	【お知らせ】 ・献立は都合により変更することがあります。 ・●印がついている日は主食はいりません。 ・☆印は手づくりおやつです。 ・◎印は「きときとの日」です。 5日（火）かぼちゃ、29日（金）白ねぎです。 ・◆は郷土料理です。	【お知らせ】 ・献立は都合により変更することがあります。 ・●印がついている日は主食はいりません。 ・☆印は手づくりおやつです。 ・◎印は「きときとの日」です。 5日（火）かぼちゃ、29日（金）白ねぎです。 ・◆は郷土料理です。	【お知らせ】 ・献立は都合により変更することがあります。 ・●印がついている日は主食はいりません。 ・☆印は手づくりおやつです。 ・◎印は「きときとの日」です。 5日（火）かぼちゃ、29日（金）白ねぎです。 ・◆は郷土料理です。
4 (卵・乳・小麦なし)	5 ◎きときとの日	6 ●サマフェス・屋台給食	7	8	9	10
鉄塩せん (ごはん) 筑前煮 梅風味和え なめこのみそ汁 豆乳アイスクリーム	黄桃缶 (ごはん) ハンバーグ ごまじゃこサラダ かぼちゃの豆乳みそスープ 牛乳・星たべよ	がんばれ野菜家族 焼きそば・たこ焼き から揚げ・ポテト 茹でとうもろこし スティックきゅうり お茶・おとっとと	牛乳 カルデツサブレ (ごはん) スパゲティナポリタン えびフリッター 野菜スープ すいか	牛乳 800g/人1人1パック (ごはん) かぼちゃコロッケ こまつ菜おいしい菜 えのきのみそ汁 きになる野菜・揚げ一番	ジュース お菓子 (パン) おさかなソーセイジ チーズ・ゼリー お茶 ジュース・お菓子	ジュース お菓子 (パン) おさかなソーセイジ チーズ・プリン お茶 ジュース・お菓子
11	12	13	14	15	16	17
ジュース お菓子 (パン) おさかなソーセイジ チーズ・ゼリー お茶 ジュース・お菓子	ゼリー (ごはん) メンチカツ ブロッコリーのごま和え 春雨スープ お茶・かっぱえびせん	ジュース お菓子 (パン) おさかなソーセイジ チーズ・ゼリー お茶 ジュース・お菓子	ジュース お菓子 (パン) おさかなソーセイジ チーズ・ゼリー お茶 ジュース・お菓子	ジュース お菓子 (パン) おさかなソーセイジ チーズ・ゼリー お茶 ジュース・お菓子	ジュース お菓子 (パン) おさかなソーセイジ チーズ・ゼリー お茶 ジュース・お菓子	ジュース お菓子 (パン) おさかなソーセイジ チーズ・プリン お茶 ジュース・お菓子
18 (卵・乳・小麦なし)	19	20	21	22	23	24
ボートとぼつちん(卵・小麦なし) (ごはん) 鶏肉の照り焼き ぼてちっさサラダ もやしのみそ汁 豆びよ・ぱりんこ	牛乳 花せんべい (ごはん) ちくわの磯辺揚げ きんぴらごぼう 豚汁 ☆あわせゼリー	牛乳 ハッピーターン (ごはん) ラタトゥイユ マカロニサラダ わかめスープ ☆プリン	牛乳 ミレ・ビスケット (ごはん) 焼き肉 きゅうりのカリコリ揚げ・梨 ◆そうめん・ナスのみそ汁 牛乳・お米deケーキ	ヨーグルト (ごはん) 肉じゃが ゆかり和え にらと玉ねぎのみそ汁 牛乳・味しらべ	ジュース お菓子 (パン) おさかなソーセイジ チーズ・ゼリー お茶 ジュース・お菓子	ジュース お菓子 (パン) おさかなソーセイジ チーズ・ヨーグルト お茶 ジュース・お菓子
25	26	27 ●誕生会	28	29 ◎きときとの日	30	31
牛乳 ルヴァン (ごはん) 魚の竜田揚げ グリンサラダ 五目スープ 牛乳・チョイス	牛乳 豆乳クッキー (ごはん) 麻婆豆腐 もやしのナムル 中華スープ ☆ヨーグルトあえ	牛乳 600g/人1人1パック カレーライス ドレッシングあえ ゼリー	牛乳 白い風船 (ごはん) 鮭の塩焼き ココロサラダ 水菜のスープ お茶・☆ホットドッグ	牛乳 ムーンライト (ごはん) 鶏のから揚げネギソースがけ キャロットパ コンソメスープ 牛乳・ベジたべる	ジュース お菓子 (パン) おさかなソーセイジ チーズ・ゼリー お茶 ジュース・お菓子	ジュース お菓子 (パン) おさかなソーセイジ チーズ・プリン お茶 ジュース・お菓子

食育だより

照りつける太陽とセミの声に夏本番を感じます。夏野菜もだんだんと収穫時期となり、園の畑の「なす」や「きゅうり」がとてもみずみずしく感じられます。夏野菜には水分やビタミンがたっぷり含まれており、体のほてりをおさえ、暑い季節には体調を整える効果があります。旬の野菜を味わって、元気に毎日を過ごしましょう。

8がつ 31にちは「やさいのひ」…や(8)さ(3)い(1)の語呂合わせ

野菜をたべよう！

射水市の保育園給食では、射水市産や富山県産の旬の野菜を使った、きときとの日を実施しています。こどもたちが食べやすい大きさやかたさ、味つけになっています。野菜をおいしく食べる方法や野菜をたくさん食べられるコツなどを知りたいという方は、給食先生に声をかけてみてください。



♪ やさいの たべかた 1-2-3 ♪

1番 はじめは 野菜から ♪

低エネルギーで食物繊維の多い野菜を最初に食べるとよくかみ、満腹感を感じるため、早食いをおさえることができます。

2皿 の野菜料理を、朝・昼・夕に ♪

1日5皿分の野菜料理を食べれば、必要な野菜を食べることができます。

3食 食べて、バランスよく ♪

食事を抜くと野菜の摂取量も減ってしまいます。朝からしっかり食べてバランスのよい食習慣を。



きときとの日

今月の食材：ねぎ



ねぎには、白い部分を食べる「根深ねぎ」と葉先まで軟らかく緑の葉の部分を食べる「葉ねぎ」があります。根深ねぎは、白ねぎ・長ねぎともいい、富山県内全域で栽培されており、やわらかく鍋や煮物におすすです。

ねぎの白い部分は淡色野菜、緑色の部分は緑黄色野菜に分類され、緑の部分にはβカロテン、ビタミンC、ミネラルが多く含まれています。

【クイズ】ねぎはどのぶぶんをたべているのでしょうか？

- ①くき ②ねっこ ③はっぱ

※答えは下にあります



今月のレシピ 「鶏のから揚げネギソースがけ」

●材料（1人分）

- 鶏むね肉 40g
- 料理酒 1g
- 食塩 0.1g
- 片栗粉 3g
- 油 適量
- ねぎ 15g
- 生姜 1g
- しょう油 4g
- 料理酒 0.5g
- みりん 0.5g
- 酢 1g
- 砂糖 2.5g

●作り方

- 鶏むね肉に酒と塩で下味をつける。
- ねぎはみじん切り、生姜はおろして生姜汁にする。
- ねぎとAを合わせ煮立たせ、ネギソースを作る。
- ③のねぎにしっかり火がとおったら、生姜汁を加える。
- ①に片栗粉をつけ、170度の油できつね色になるまで揚げる。
- ⑤にネギソースをかける。

ネギが苦手なお子さんでも食べやすいようにしっかりネギに火をとし、辛味を軽減させ甘味がある食べやすいソースです。つくってみた感想、アレンジ方法等、園に教えてください。

射水おおぞら保育園の給食先生おすすめ！

