

えんだより



ふじこども園 ☎75-5238 fax75-6429

hp <http://www.fuji-hoikuen.com/>

残暑お見舞い申し上げます！

今年は、6月から暑い日が続いて、残暑も厳しそうですね。真夏の暑さに負けることなく、元気いっぱい遊んでいる子どもたち…たくさん遊んで、いっぱい食べて、そしてしっかりと休息を取りながら、体の変化に気をつけつつ、暑い夏を元気に過ごしていきたいと思います。



7月のこどもたち



楽しかったね！ねぷた七夕祭り！



BBQ:肉を焼きました。



交通安全教室に行ってきました。(年長児)



水遊び(りす組)

気をつけて！ 冷たい物の 食べすぎ、飲みすぎ

暑いとつい、冷たい物に手が伸びてしまいます。でも気をつけて。冷たい物のとりすぎは、胃腸の働きを低下させ、消化不良や食欲不振の原因になります。冷たいアイスやジュースの食べすぎ・飲みすぎには十分注意しましょう。



8月の行事予定



1日(金)	誕生会
6日(水)	クッキング
7日(木)	芋ほり会(予定)
12日(火)	終業式
13日(水)~ 20日(水)	お盆調査保育※
22日(金)	避難訓練
23日(土)	役員会 12:30~
7日(木)	英語教室(ぞう組)
29日(金)	
9/13(土)	運動会



※印については別紙にてお知らせします。



8月生まれのおともだち

ひよこ組…ふじた なぎちゃん(1歳)
ながやま ひびきくん(1歳)
りす 組…みやかわ ななかちゃん(2歳)
いしおか そうまくん(3歳)
ぞう 組…みやかわ しょうきちさん(4歳)
むらかみ あおいさん(4歳)
のろ すずはさん(5歳)
くどう みことさん(5歳)
あべ おうりさん(5歳)
くろたき はなさん(6歳)
おおたに はすさん(6歳)
ふくざわ きおさん(6歳)

お誕生日おめでとうございます！



7月生まれの誕生会



令和7年8月



献立表



ふじこども園

日	曜	未満児追加食	献立	3色分類			おやつ	離乳食	昼食のエネルギー (kcal)
				あか (体をつくる・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	みどり (体の調子を整える)			
1	金	ごはん ゆで卵 ●誕生会●	えびフライカレー 福神漬 アイス	うずらたまご 鶏挽肉 たまご のぼしえび すきおみく	こめ じゃがいも あぶら 薄力粉 パンこ アイス さとう	玉葱 にんじん レーズン ぶくし んづけ	ミルク 菓子	白粥 マッシュ和え	513
2	土	ごはん 一口チーズ ヤクルト	牛丼 いかりんぐフライ つぼ漬け パナナ	チーズ ぎょうにゃく やきとうふ いかりんぐフライ ぎょうにゃく とらふ	こめ ヤクルト こんにゃく さとう あぶら	玉葱 乾椎茸 たけのこ水煮 たくあん パナナ	牛乳 菓子	白粥 豆腐煮	461
3	日								
4	月	ごはん のい佃煮 ジョア	さつま汁 野菜コロッケ オレンジ	のい佃煮 赤みそ やきとうふ さつまあげ とりにく ぎょうにゃく みそ	こめ にゅうさんきんいんりょう さつまいも こんにゃく コロッケ あぶら	にんじん だいこん 乾椎茸 オレンジ 大根	牛乳 菓子	白粥 さつま芋マッシュ	292
5	火	ごはん フチトマト	コーンフレークチキン 盛り合わせサラダ ポトフ風スープ パナナ	とりにく チーズ ポークウインナー すきおみく	こめ マヨネーズ コーンフレーク パンこ ドレッシング じゃがいも さとう	ミニトマト レタス きゅうり コーン にんじん 玉葱 パナナ	ミルク 菓子	白粥 マッシュ和え	374
6	水	ごはん 味納豆 ●ワッキング●	肉うどん ミニオムレツ すいか	挽きわり納豆 ぶたにく あぶらあげ 板かまぼこ わかめ うずらたまご ミニオムレツ みそ	こめ うどん 棒ふ さとう あぶら じゃがいも	ほうれんそう もやし 長ねぎ すいか りんごジュース 玉葱	りんごジュース サイダーゼリー	白粥 野菜煮	435
7	木	ごはん おかかふりかけ	魚のてんぷら 炒り豆腐 みそ汁(かき卵) オレンジ	おかかふりかけ たら 豚ひき肉 とうふ ひじき 白みそ たまご すきおみく	こめ てんぷら粉 あぶら さとう	にんじん 玉葱 さやいんげん キャベツ オレンジ	ミロミルク 菓子	白粥 豆腐煮	358
8	金	ごはん フチトマト	チーズハンバーグ スパゲティサラダ 白菜スープ キウイ	ぎょうにゃく とうふ たまご 豚ひき肉 ピザ用チーズ ハム ベーコン すきおみく	こめ あぶら パンこ スパゲティ マヨネーズ さとう	ミニトマト 玉葱 にんじん きゅうり コーン はくさい しめじ キウイ	ミルク 菓子	白粥 豆腐煮	402
9	土	ごはん ヤクルト 一口チーズ ●終業式●	肉だんごスープ煮 ソーセージ/ディ パナナ	チーズ 鶏挽肉 とうふ ぎょうにゃく ソーセージ ぎょうにゃく	こめ ヤクルト 片栗粉 はるさめ パンこ あぶら	しょうが しいたけ にんじん しめじ はくさい 長ねぎ パナナ	牛乳 菓子	白粥 豆腐煮	263
10	日								
11	月	山の日							
12	火	ごはん フチトマト	豚肉のピカタ コールスローサラダ わかめスープ パナナ	豚肉 たまご ハム わかめ すきおみく ぎょうにゃく みそ	こめ 薄力粉 あぶら さとう マヨネーズ ホットケーキミックス じゃがいも	ミニトマト キャベツ にんじん きゅうり コーン 長ねぎ しめじ パナナ 玉葱	ミルク 蒸しパン	白粥 野菜煮	446
13	水	すきやきふりかけ ●お盆調査保育 ~20日●	焼きたばき 春巻き オレンジ	すきやきふりかけ ぶたにく ハム ぎょうにゃく みそ	煮し中華めん あぶら じゃがいも	キャベツ もやし にんじん 玉葱 しいたけ ビーマン オレンジ	牛乳 菓子	野菜煮	421
14	木	一口チーズ	ハヤシライス ハンバーグ パナナ	チーズ 合挽き肉 ハンバーグ ぎょうにゃく みそ	じゃがいも	玉葱 にんじん パナナ	牛乳 菓子	野菜煮	396
15	金	鮭フレーク	ナポリタン 星のポテトフライ オレンジ	さけ 豚ひき肉 ハム ぎょうにゃく うみそ	スパゲティ あぶら 星型ハッシュドポテト じゃがいも	玉葱 ビーマン にんじん マッシュルーム オレンジ	牛乳 菓子	野菜煮	266
16	土	一口チーズ	どさんこ汁 ミートコロッケ パナナ	チーズ 豚肩ロース みそ ぎょうにゃく	じゃがいも ごま油 バター あぶら	もやし 玉葱 にんじん コーン キャベツ しょうが こねぎ パナナ	牛乳 菓子	野菜煮	256
17	日								
18	月	一口チーズ	ぶた丼 メンチカツ べったら漬 オレンジ	チーズ ぶたにく やきとうふ メンチカツ ぎょうにゃく みそ	こんにゃく さとう あぶら じゃがいも	しいたけ ビーマン キャベツ 玉葱 たけのこ水煮 べったら漬 オレンジ	牛乳 菓子	野菜煮	364
19	火	のい玉ふりかけ	冷やしとうもろこし ちくわ天 パナナ	わかめ 竹輪 ぎょうにゃく みそ	とうもろこし 天ぷら粉 あぶら じゃがいも	しそ パナナ 玉葱	牛乳 菓子	野菜煮	462
20	水	のい佃煮	若鶏唐揚げ ほうれん草おかか和え オレンジ	のい佃煮 とりにく かつお節 ぎょうにゃく みそ	片栗粉 あぶら 薄力粉 さとう じゃがいも	しょうが ほうれんそう にんじん はくさい えのきたけ(味付汁瓶詰め) オレンジ 玉葱	牛乳 菓子	野菜煮	318
21	木	ごはん 一口チーズ	ホイコーロー丼 ソーセージフライ 豆腐とわかめのみそ汁 パナナ	チーズ ぶたにく 赤みそ ぎょうにゃく ソーセージ たまご とうふ わかめ 白みそ すきおみく	こめ あぶら さとう 片栗粉 薄力粉 パンこ	にんじん キャベツ ビーマン えのきたけ パナナ	ミロミルク 菓子	白粥 豆腐煮	382
22	金	ごはん スタミナ納豆 ●避難訓練●	冷やし中華 ぎょうざ もやしのスープ パイン	挽きわり納豆 鶏挽肉 焼きたばき たまご こんぶ わかめ ぎょうざ ベーコン すきおみく みそ	こめ ごま油 生中華めん さとう じゃがいも	長ねぎ きゅうり トマト しなちく もやし えのきたけ パインアップル 玉葱	ミルク 菓子	白粥 野菜煮	569
23	土	ごはん 卵やき ヤクルト ●役員会●	せんべい汁 ウインナー オレンジ	たまご とりにく ポークウインナー ぎょうにゃく みそ	こめ さとう あぶら ヤクルト じゃがいも	ささがきごぼう にんじん まいたけ 長ねぎ キャベツ 乾椎茸 オレンジ 玉葱	牛乳 菓子	白粥 野菜煮	402
24	日								
25	月	ごはん たらこふりかけ ジョア	酢豚 ミートボール パナナ	たらこふりかけ 豚ロース ミートボール ぎょうにゃく みそ	こめ にゅうさんきんいんりょう あぶら さとう 片栗粉 じゃがいも	たけのこ水煮 ビーマン 玉葱 にんじん 乾椎茸 しいたけ パナナ	牛乳 菓子	白粥 野菜煮	330
26	火	ごはん フチトマト	ハムチーズフライ 大根サラダ みそ汁(お麩とわかめ) グレーゼリー	ハム スライスチーズ わかめ みそ すきおみく	こめ 薄力粉 パンこ あぶら さとう ドレッシング たまご しょうが とうもろこし じゃがいも	ミニトマト だいこん レタス 長ねぎ 玉葱	ミルク 菓子	白粥 野菜煮	287
27	水	ごはん 一口チーズ	さけの塩焼き ひじきの炒め煮 みそ汁(じゃが芋) オレンジ	チーズ 紅鮭 竹輪 ひじき あぶらあげ やきとうふ 大豆 みそ	こめ こんにゃく さとう じゃがいも カルピス	ビーマン ささがきごぼう にんじん 玉葱 オレンジ はくさい ほうれんそう	カルピス 菓子	白粥 魚マッシュ	211
28	木	ごはん 健骨納豆	パンパンジー しゅうまい 卵スープ パナナ	挽きわり納豆 しらす干し おかかふりかけ とりにく しゅうまい たまご すきおみく みそ	こめ マヨネーズ さとう あぶら じゃがいも	きゅうり レタス にんじん 千金ニンサイ えのきたけ 玉葱 パナナ	ミロミルク 菓子	白粥 野菜煮	383
29	金	ごはん 鮭フレーク	スパゲティミートソース フチドッグ 野菜スープ キウイ	さけ 豚ひき肉 ぎょうにゃく すきおみく みそ	こめ スパゲティ あぶら バター こむぎこ さとう じゃがいも	にんにく にんじん 玉葱 セロリー ビーマン マッシュルーム トマト トマトピューレー キャベツ キウイ	ミルク 菓子	白粥 野菜煮	333
30	土	ごはん 一口チーズ ヤクルト	クリームシチュー チキンナゲット オレンジ	チーズ 鶏挽肉 シチュー ぎょうにゃく チキンナゲット	こめ ヤクルト じゃがいも あぶら	玉葱 にんじん フロッコリー コーン オレンジ	牛乳 菓子	白粥 マッシュ和え	453
31	日								

給食MEMO

■の日はスプーンを持たせてください。

□の日はめん類です。

ご飯の量は加減をお願いします。

熱中症に気をつけよう

体温調節機能が未発達な子どもは汗をかきやすく、水分も失いやすいため、熱中症に注意が必要です。日中の長い時間屋外で過ごすことは避け、こまめな水分補給を心がけましょう。



8月31日は「野菜の日」です



「8(や)3(さ)1(い)」の語呂合わせから、8月31日は「野菜の日」として、1983年に全国青果物商業協同組合連合会などにより制定されました。野菜をたっぷり食べる1日にしましょう。