



7月 行事予定 献立



2021年(令和3年)6月30日
 社会福祉法人 虹福祉会
 瀬戸こども園
 土橋・松井・岡本
 廣川・小林



4~7月の目標

新しい環境に慣れ、楽しく食事をする



※「国民安全の日」・・・毎年7月1日は、生活のあらゆる面において安全な行動や意識を深める為に「国民安全の日」とされており。園では、日頃より毎月交通安全や災害時等の避難行動について知識を深める為、訓練を実施しています。



2021年 7月 ※地域の感染状況によっては、行事を中止することがあります

日	曜	行事予定	きゅうしょく こんだて	主な材料			午前のおやつ	午後のおやつ
				からだをつくるもの(赤)	からだの調子をととのえるもの(緑)	熱や力のもとになるもの(黄)		
1	木	プール掃除 ※国民安全の日	魚の照り焼き・チンゲン菜のナムル にらたま・パインアップル	さわら・卵	チンゲン菜・もやし・にら・しいたけ・人参・玉ねぎ パインアップル	米・春雨	牛乳 マカロニのみたらし風	ミルク じゃが芋もち・えいようかん
2	金	プール開き・ひまわりっこ 布団持ち帰り日	豚肉のソース煮・スティックきゅうり きんぴら・オレンジ	豚肉	玉ねぎ・きゅうり・昆布・ごぼう・人参・いんげん オレンジ	米・じゃが芋 白ごま	牛乳 きな粉クッキー	ミルク フレンチトースト
3	土	園庭開放10:00~11:00	焼肉・マカロニサラダ 大根ソテー・バナナ	豚肉	人参・玉ねぎ・ピーマン・きゅうり・コーン・大根 バナナ	米・白ごま マカロニ・マヨネーズ	牛乳 さつま芋のオレンジ煮	牛乳 豆乳ケーキ
4	日							
5	月	ひまわりっこ	高野豆腐の卵とじ・キャベツのレモン酢和え ジャーマンポテト・パインアップル	鶏肉・高野豆腐 卵・ベーコン	人参・玉ねぎ・しめじ・葉ねぎ・キャベツ・きゅうり わかめ・パインアップル	米・じゃが芋	牛乳 マフィン	ミルク きび砂糖クッキー
6	火	ひまわりっこ	ムニエル・かぼちゃサラダ なすの味噌炒め・バナナ	さけ・チーズ	かぼちゃ・人参・玉ねぎ・きゅうり・なす・バナナ	米・マヨネーズ	牛乳 大学芋	お茶 レタスチャーハン
7	水	七夕祭り	七夕そうめん・ブロッコリーの和え物 フライドおさつ・オレンジ	ハム・卵	人参・オクラ・きゅうり・干しいたけ・ブロッコリー コーン・オレンジ	そうめん さつま芋	牛乳 シュガートースト	ミルク 七夕フルーツポンチ
8	木	すいか割り	から揚げ・和風サラダ うの花炒り・メロン	鶏肉・油揚げ おから	人参・大根・きゅうり・わかめ・ごぼう・葉ねぎ 干しいたけ・メロン	米・白ごま	牛乳 すいか	ミルク ホットケーキ
9	金	ひまわりっこ 布団持ち帰り日	お好み焼き・大根の浸し かえりの佃煮・オレンジ	豚肉・えび 卵・かえりいりこ	人参・キャベツ・もやし・葉ねぎ・大根・オレンジ	米・白ごま マヨネーズ	牛乳 チーズクッキー	ミルク ココアボール
10	土	園庭開放10:00~11:00	いかとじゃが芋の煮付・塩もみきゅうり チャプチェ風・バナナ	いか・ツナ	人参・いんげん・きゅうり・玉ねぎ・ピーマン・バナナ	米・じゃが芋 春雨	牛乳 野菜ジュースゼリー	牛乳 パン
11	日							
12	月	ひまわりっこ	魚の酢豚風・茹オクラ チーズポテト・オレンジ	めんたい チーズ	人参・玉ねぎ・ピーマン・干しいたけ・たけのこ オクラ・オレンジ	米・じゃが芋	牛乳 バナナケーキ	ミルク スノーボール
13	火		豆腐とキャベツの煮物・ごぼうサラダ もやしソテー・すいか	豚肉・豆腐	人参・玉ねぎ・キャベツ・ごぼう・きゅうり・もやし すいか	米・白ごま マヨネーズ	牛乳 スイートポテト	お茶 じゃこ菜飯
14	水	ひまわりっこ	卵の野山焼き・小松菜の和え物 糸切昆布の煮付・バナナ	卵・ツナ 長天ぶら	人参・玉ねぎ・干しいたけ・いんげん・小松菜 コーン・昆布・バナナ	米・白ごま	牛乳 野菜スティック	ミルク マーブルケーキ
15	木	夏祭りごっこ	カレー・酢の物 茹枝豆・オレンジ	豚肉	人参・玉ねぎ・りんご・きゅうり・大根・わかめ 枝豆・オレンジ	米・じゃが芋	牛乳 黒糖蒸しパン	お茶 フルーツヨーグルト
16	金	ひまわりっこ 布団持ち帰り日	魚の味噌焼き・トマトサラダ 野菜炒め・パインアップル	あじ	トマト・きゅうり・玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン しめじ・パインアップル	米	牛乳 ショートブレッドクッキー	ミルク おやつぎょうざ
17	土	園庭開放10:00~11:00	豚肉の甘辛煮・ブロッコリーのマヨネーズ和え かぼちゃグラッセ・バナナ	豚肉・ツナ	玉ねぎ・人参・かぼちゃ・ブロッコリー・コーン バナナ	米・マヨネーズ 白ごま	牛乳 ぶどう寒天	牛乳 フライドポテト
18	日							
19	月	ひまわりっこ	焼魚・冷拌三糸 じゃが芋のきんぴら・すいか	さけ	人参・きゅうり・もやし・昆布・玉ねぎ・いんげん すいか	米・春雨 じゃが芋・白ごま	牛乳 バタークッキー	ミルク 豆腐団子
20	火	誕生会	チキンカツ・野菜サラダ パプリカ三色ソテー・冷凍みかん	鶏肉・卵 ベーコン	人参・キャベツ・きゅうり・コーン・ピーマン 赤ピーマン・黄ピーマン・玉ねぎ・みかん	米・マヨネーズ	牛乳 きな粉パン	ジュース 誕生会ケーキ
21	水	ひまわりっこ	炒め豆腐・切干大根の酢の物 さつま芋の甘煮・パインアップル	豚肉・豆腐	人参・玉ねぎ・キャベツ・葉ねぎ・しめじ・切干大根 きゅうり・パインアップル	米・さつま芋	牛乳 なんきんボール	お茶 フルーツヨーグルト
22	木	海の日						
23	金	スポーツの日						
24	土	園庭開放10:00~11:00	ポークチャップ・ごまきゅうり 小松菜の煮浸し・オレンジ	豚肉・油揚げ	人参・玉ねぎ・いんげん・きゅうり・小松菜・オレンジ	米・じゃが芋 白ごま	牛乳 あられ麩	牛乳 ジャムケーキ
25	日							
26	月	ひまわりっこ 口座振替	鶏肉と昆布の煮込み・短冊サラダ 茹ブロッコリー・すいか	鶏肉・ツナ	昆布・人参・玉ねぎ・葉ねぎ・大根・きゅうり・コーン ブロッコリー・すいか	米・じゃが芋	牛乳 蒸かぼちゃ	ミルク 塩クッキー
27	火	ひまわりっこ	ひつまぶし・筑前煮 オクラの浸し・バナナ	うなぎ・鶏肉 長天ぶら	人参・れんこん・ごぼう・いんげん・しいたけ こんにゃく・オクラ・バナナ	米・白ごま	牛乳 中華風クッキー	ミルク じゃこのせとーすと
28	水	太鼓指導(4・5歳児)	コロッケ・中華和え 根菜の煮付・冷凍みかん	豚肉・卵 厚揚げ	玉ねぎ・きゅうり・もやし・わかめ・人参・大根 みかん	米・じゃが芋 じゃが芋	牛乳 りんごゼリー	お茶 肉みそおにぎり
29	木	プール参観(3・4歳児)	プルコギ・大根の即席漬 茹とうもろこし・パインアップル	牛肉・かつお節	もやし・人参・玉ねぎ・にら・しいたけ・大根 とうもろこし・パインアップル	米・春雨 白ごま	牛乳 じゃが芋のオープン焼き	ミルク レモンケーキ
30	金	ひまわりっこ 布団持ち帰り日	白身魚の磯辺揚げ・コロコロサラダ チンゲン菜の炒め物・メロン	めんたい・卵 チーズ	人参・きゅうり・チンゲン菜・もやし・赤ピーマン メロン	米・マヨネーズ じゃが芋	牛乳 ラスク	お茶 フルーツヨーグルト
31	土	園庭開放10:00~11:00	焼き豆腐の含め煮・きゅうりの塩昆布和え かぼちゃのオイル焼き・オレンジ	豚肉・豆腐	人参・玉ねぎ・もやし・葉ねぎ・干しいたけ きゅうり・昆布・かぼちゃ・オレンジ	米	牛乳 ピザクラッカー	牛乳 フライドおさつ



♪りす組の給食の様子を紹介します♪

この日のメニューは鶏肉の酢豚風、大根の煮物、
茹ブロッコリー、オレンジでした。たくさん活動してお腹が
ペコペコのりす組。いっぱい食べてくれていましたよ(*^▽^*)



職員がカメラを持って保育室に行くと、「上手に食べる
から写真とって〜」「しいたけ苦手だけど食べるよ〜」
などたくさん声をかけてくれました♪
時間内に食べ終わって、みんなでごちそうさまが出来る
ように頑張っています☆



☆今月のレシピ紹介☆

☆鶏肉と昆布の煮込み

<材料 大人4人分>

- 鶏むね肉 240g
 - 早煮昆布 8g
 - じゃが芋 3個
 - 人参 1/2本
 - 玉ねぎ 1個
 - ごま油 大さじ1/2
 - 砂糖 大さじ1と1/3
 - 醤油 大さじ1強
 - みりん 小さじ1強
 - 水(昆布の戻し汁含む) 1/2カップ
- } A

<作り方>

- ①昆布は水につけて戻し、1cmの色紙切りにする。
- ②鶏むね肉は角切りにする。
- ③じゃが芋、人参は乱切りにし、玉ねぎはくし型に切る。
- ④鍋にごま油を熱し、②と③を炒める。
- ⑤④に水を加え、煮立ったら①とAを加えて煮る。

昆布の戻し汁を使う事で、味に深みが出て
美味しく仕上がりますよ(*^▽^*)

8月の予定



日	曜	行事	日	曜	行事
3	火	プール参観(5歳児)	19	木	誕生会
5	木	夕涼み会(5歳児)	25	水	口座振替
6	金	平和学習	26	木	太鼓指導(4・5歳児)
12~14	木~土	希望保育 ※1号は休園			保育実習(8/26~9/17)
17	火	保育実習(8/17~9/9)	31	火	プール納め