



ジメジメとした梅雨もあけ、いよいよ夏本番を迎えます。

夏は天気がいい日も多いですが、気温が高くと、元気いっぱいな子供たちはいつも以上に体力を消費します。園ではこまめな水分補給を行っています！給食では、旬の夏野菜やスタミナがつくようなメニューを取り入れました。たくさん食べて、暑い夏を楽しく乗り切りましょう♪

夏期のおしらせ

7月から9月までの間、夏季の気温上昇などの衛生管理上、給食の展示を写真とさせていただきます。ぜひお子さんと一緒にご覧ください！暑い時期は食中毒の発生率も上がります。保育園では衛生管理を徹底し、いつも以上に気を引き締めて食中毒防止に努めます！

七夕のそうめん

七夕にそうめんを食べる由来は諸説あります。中国の索餅（さくべい）という食べものに由来するという説のほか、そうめんを天の川にたとえた、織姫がつむぐ織物の糸に見立てた、暑いときに食べやすいそうめん健康を祈った、などの説があります。



☆☆ 今月の行事食 ☆☆

☆7日(水)七夕行事食

天の川や短冊をイメージした楽しい献立になっています★
おやつはタピオカ入りのグレープゼリーです♪



☆21日(木)めぐみまつり行事食

お祭り名物お好み焼き！
生地にはコーンを入れアクセントにしています☆



体を涼しくする 夏野菜

きゅうり・トマト・すいかなどの夏野菜には水分がたっぷりと含まれていて、汗で出た体の水分を補い、体を冷やす作用があります。また利尿作用があり、とりすぎた水分を体の外に出してくれる働きもあります。夏野菜で体を涼しく保ちましょう。



7月の平均エネルギー栄養量

乳児クラス（あひる組・すすめ組）

約 496 Kcal

幼児クラス（ひばり組・はと組・つばめ組）

約 549 Kcal

を、給食とおやつから
摂取できるようにしています。

