

7

月の日程

●令和3年● 認定こども園メイプルキッズ
 <予定欄が網掛けの日は園はお休みです>

日	月	火	水	木	金	土
				1 手作り弁当 ●	2 ◎	3 ◇ 理事会☆
4	5 ◎	6 ◎	7 ◎ 保育料等引落日	8 ◎	9 ◎	10 ◇
11	12 ◎	13 ◎	14 ◎	15 ◎	16 ◎ 1学期終業式 (2~5歳児)	17 ◇
18	19 ◎	20 ◎	21 ◎	22 海の日	23 スポーツの日	24 ◇
25	26 ◎	27 ◎ 避難訓練	28 ◎	29 ◎	30 ◎	31 ◇

●絵本の紹介●

「ありえない！」
 作：エリック・カール
 訳：アーサー・ビナード
 出版社：偕成社

『はらぺこあおむし』をはじめとする名作を世に送り出してきたエリック・カール氏が、2021年5月23日、マサチューセッツ州ノーサンプトンにある自身のスタジオにて、家族に囲まれ静かに息を引き取りました。91歳でした。この絵本が最後の作品となりました。



- ◎ 園からの昼食あり
- ◇ 土曜日保育利用の方のみ手作り弁当
- 手作り弁当
- ☆ 後日詳細をお知らせします



まちづくりの真ん中に、子ども・子育てを！

A K A M I ・ K I D S



認定こども園あかみ幼稚園は、創立60周年事業として、
『佐野市子ども・子育て国際フォーラム2020』をサポートしています

(同フォーラムは、コロナウィルス感染症の影響により、
2021年10月24・25日に延期となりました)

● 7月の昼食献立表 ●



月	火	水	木	金
<p>●お米で熱中症対策？●</p> <p>1日に必要な水分量は活動量の少ない方でも約2.4Lとされています。 私たち日本人の主食は水分量が高いお米であることもあり、必要な水分を食べ物から51%、飲み物から49%を摂っています。お茶碗1杯（約150g）を食べることで約90mlの水分を自然と補給していることになります。 夏場に一定の食事量を確保することは、身体に必要な水分量を確保するためにも一層重要です。水分補給といえば飲み物に目が行きがちですが、日々の食事の量が減っていないかも改めて確認してみましょう。</p>			1 < 手作り弁当の日 >	2 ご飯 焼き魚 春雨サラダ 冷奴 卵の味噌汁
5 ご飯 鶏のから揚げ 小松菜の海苔和え ミニチーズ かぼちゃの味噌汁	6 ご飯 煮魚 トマトサラダ きな粉豆 茄子の味噌汁	7 セタメニュー☆彡 セタうどん さつま揚げのいそべ揚げ 野菜の塩昆布和え デザート	8 ご飯 肉豆腐 もやしのナムル ヨーグルト 焼きふのすまし汁	9 十五穀米 夏野菜カレー ツナサラダ デザート 牛乳
12 ご飯 焼き魚 切干大根煮 おくらの納豆和え 青菜の味噌汁	13 ご飯 手作りのり佃煮 柳川風煮 野菜のおかか和え なめこの味噌汁	14 ひじきご飯 しゅうまい かみかみサラダ きのこのすまし汁	15 ご飯 豚肉と根菜の照り煮 干草和え デザート 玉ねぎの味噌汁	16 野菜パン 南瓜のクリームシチュー マカロニサラダ 牛乳
19 ご飯 春巻 青菜の中華和え ミニチーズ おくらとコーンのかき玉汁	20 スパゲティナポリタン ひじきのサラダ デザート 牛乳	21 麦ご飯 焼肉 夏野菜サラダ もずくスープ	22 < 海の日 >	23 < スポーツの日 >
26 ご飯 照り焼きチキン 野菜の胡麻和え ヨーグルト もやしの味噌汁	27 ハヤシライス（麦ご飯） 豆腐サラダ デザート 牛乳	28 そぼろご飯 野菜の五目和え 厚焼き卵 わかめの味噌汁	29 ご飯 焼きのり 魚の竜田揚げ もやしの胡麻酢和え 豚汁	30 ひやむぎ 豚しゃぶサラダ とうもろこし ミニチーズ

月平均栄養価 エネルギー428kcal タンパク質 16.3g 脂質 11.5g 食塩相当量 2.0g

仕入れの都合により、変更のあることをご容赦下さい。離乳食が献立表の食材と異なる時は、代替のものを提供します。

デザートについては、ホームページの「本日の昼食」に当日詳細をアップしますので、ご了承の程宜しくお願いいたします。

※カルシウム量をより安定的に摂取するため、食事とは別に毎週水曜日に牛乳が出ます。