

7月の行事予定

1日(金) 5歳児公開保育
 5日(火) 七夕 笹燃やし
 7日(木) 交通安全教室 そら組
 8日(金) 交通安全教室 けやき組
 11日(月) } 2~4歳児
 14日(木) } 公開保育(9:30~10:30) 水遊び

7月のコスモスポーツクラブ

6日・13日・20日 4・5歳児合同 ※次回9月7日(水)です。

7月の身体測定

1日(金)	さくら	4日(月)	けやき	5日(火)	そら
12日(火)	つき	15日(金)	かえで・ほし	19日(火)	もも・ゆき
21日(木)	いちご	22日(木)	にじ	25日(月)	ゆめ

7月の献立予定表

※材料の準備の都合上、献立が変更になる場合がありますがご了承下さい。
 ※年齢に適した調理方法に変更している場合があります。

清水こども園

日	曜	午前のおやつ (未満児のみ)	メニュー	午後のおやつ	エネルギー(kcal)		食塩相当量(g)	
					3~5歳	0~2歳	3~5歳	0~2歳
1	金	チーズ	しょうゆラーメン、蒸し餃子、バナナ	フルーチェ	548	467	2.6	2.2
2	土							
3	日							
4	月	バナナ	ご飯、玉ねぎのみそ汁、煮魚、ブロッコリーのサラダ	ジョア 蒸しパン(ウインナー)	516	443	2.3	1.7
5	火	せんべい	ご飯、なめこのみそ汁、肉団子 ほうれん草の磯辺和え	牛乳 コーンフレーク	553	499	2.1	1.6
6	水	牛乳	ポークカレーライス、コールスローサラダ キウイフルーツ	七夕ゼリー	515	466	2	1.6
7	木	チーズ	パン、ワンタンスープ、星のコロッケ、わかめサラダ	麦茶 おかかご飯	574	477	2.6	2.2
8	金	牛乳	ひじきご飯、鮭の塩焼き、ポテマカサラダ プチゼリー	麦茶 ゆでとうもろこし	540	478	1	0.9
9	土							
10	日							
11	月	野菜ジュース	ご飯、鶏のさっぱり煮、ほうれん草入りサラダ オレンジ	牛乳 きなこ揚げパン	606	500	1.5	1.0
12	火	チーズ	ピピン丼、フルーツゼリー	牛乳 スコーン	570	472	0.7	0.9
13	水	牛乳	ご飯、えのきのみそ汁、鮭フライ ツナ入り豆腐サラダ	メロン せんべい	529	468	2.4	1.9
14	木	バナナ	ご飯、肉じゃが、野菜の塩昆布和え、プチダン	牛乳 スティックパイ	516	457	2.0	1.5
15	金	せんべい	ご飯、大根のみそ汁、タンドリーチキン、ナムル チーズ	アイス	525	409	2.7	2.1
16	土							
17	日							
18	月							
19	火	牛乳	ハヤシライス、ゴマネーズサラダ、グレープフルーツ	杏仁豆腐	547	485	2.0	1.6
20	水	野菜ジュース	ご飯、五目納豆、マグロのから揚げ、春雨サラダ	牛乳 のり巻きパン	656	552	2.1	1.6
21	木	バナナ	ご飯、ポークピカタ、切り干し大根のサラダ プチゼリー	牛乳 おからドーナツ	591	502	1.5	1.1
22	金	牛乳	ミートソース、かわいいサラダ、キウイフルーツ	麦茶 しらすご飯	591	494	1.3	1.2
23	土							
24	日							
25	月	バナナ	ご飯、野菜のみそ汁、えびフライ、たまごみそ	りんごジュース ラスク	570	464	2.3	1.5
26	火	チーズ	中華丼、はんぺんのすまし汁、オレンジ	えだ豆 せんべい	507	457	1.9	1.7
27	水	野菜ジュース	ご飯、鮭のみそマヨ焼き、きんぴらごぼう、プチゼリー	牛乳 マフィン	633	567	1.5	1.1
28	木	牛乳	そうめん、かきあげ、バナナ、チーズ	麦茶 焼きおにぎり	589	541	2.9	2.5
29	金	せんべい	ご飯、キャベツと油揚げのみそ汁、ポテトロール サラダスパゲティ	すいか ビスケット	509	443	1.5	1.1
30	土							
31	日							