



7月給食だより



令和5年6月30日
認定こども園
聖ヶ丘保育園
こども未来学舎

真っ赤な太陽と真っ白な入道雲が夏の到来を知らせています。

暑い夏でも聖ヶ丘保育園のお友達は元気いっぱい、汗をかきながら遊びに夢中になっている姿はとても頼もしいです。また、暑い時期に入り、気温の上昇とともに食中毒の発生率もぐんと上がります。園での、食材管理や衛生管理も、より一層気を付けていきたいと思ひます。



7月7日は「七夕」です

七夕の日には、いろいろな願い事を書いた短冊を笹の葉につけたりしますが、実はそうめんを食べるという習慣もあります。昔は「1月15日のお粥」「3月3日の草もち」「5月5日のちまき」と同じように、悪いことが起きないようにと願いを込めて「さくべい」という食べ物を作り、7日の夜に食べていました。「さくべい」は、小麦粉と米の粉を練って細くヒモのようにしたものを、縄のように2本合わせて作ったお菓子で「麦なわ」とも呼ばれていました。よく七夕のときにそうめんを食べたりするのは、この習慣からきているようです。



お誕生日会
7月7日(金)

- 牛肉のちらし寿司
- すまし汁
- すいか



～今月の離乳食～

	1.3.5週目	2.4週目
月	夏野菜おじや バナナの甘煮	野菜の和風煮 かぼちゃの煮物 おかゆ
火	ツナと野菜の炒め物 冬瓜のスープ おかゆ	魚のトマト煮 炒り豆腐 おかゆ
水	トマトシチュー りんごの甘煮 おかゆ	おやき すまし汁 おかゆ
木	おやき 煮びたし おかゆ	チンゲン菜とツナの炒め物 スープ おかゆ
金	煮魚 すまし汁 おかゆ	豆腐ハンバーグ おかか煮 おかゆ
土	野菜おじや	野菜おじや

《 保育園児1人あたりの栄養摂取量 》

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン				食塩相当量 (g)	
						A (μgRE)	B ₁ (mg)	B ₂ (mg)	C (mg)		
乳児	基準量	478	19.1	13.3	218	2.2	188	0.26	0.29	20	1.5未満
	給与量	491	18.9	13.7	209	1.8	110	0.26	0.37	15	1.7
幼児	基準量	574	23.0	15.9	259	2.5	213	0.31	0.36	22	1.8未満
	給与量	566	21.9	18.4	180	2.2	155	0.33	0.36	20	2.2

☆食物アレルギー児には、医師の指示書に沿った代替食又は除去食を提供します。

