

日曜	保育行事	保育指導	連絡事項	誕生日おめでとう	日曜	献立	主食	おやつ（幼児）		おやつ（乳児）	
1火	避難訓練	体育/音楽指導・B			1火	ミートスパゲッティ、キャベツとパインのサラダ、スープ	めん	おにぎり	お茶	おにぎり	お茶
2水		4歳児園外保育・おにぎり弁当（おおたき溪谷）			2水	かじきのステーキ、お浸し、味噌汁	ごはん	ホットケーキ	牛乳	ホットケーキ	牛乳
3木					3木	肉じゃが、納豆、味噌汁	ごはん	ココアクロワッサン	牛乳	かにパン	牛乳
4金	なつまつり	身体測定（花の家）	すずきとうま すずきはると むらたとも てらだゆうと		4金	カレーライス、フルーツポンチ	ごはん	ゼリー	お茶		お茶
5土	希望保育：出欠は木曜日までにご連絡ください			ふるさわひろみ	5土	焼きうどん、スープ、バナナ	めん	-	-	-	-
6日					6日						
7月	身体測定（森・虹）		8月7日は	にしむらわかな先生	7月	ナスの鶏味噌かけ、豆腐スープ、枝豆	ごはん	ホットドッグ	牛乳	ホットドッグ	牛乳
8火		体育/音楽指導・A	定期集金		8火	グラタン、キャベツのスープ、ゆかりご飯、オレンジ	ごはん	そうめん	お茶	そうめん	お茶
9水	身体測定（空・太陽）			みやざわちか	9水	青菜の炒め物、納豆、味噌汁	ごはん	ピラフ	お茶	ピラフ	お茶
10木		5歳児園外保育・おにぎり弁当（くらがり溪谷）		かぎやまあみ	10木	三色ごはん、みかんとわかめのゴマ酢和え、すまし汁	ごはん	ジャムサンド	野菜果汁	ジャムサンド	野菜果汁
11金	やまのひ（山の日）				11金						
12土	希望保育：出欠は木曜日までにご連絡ください	弘法様命日			12土	肉うどん、オレンジ	めん	-	-	-	-
13日					13日						
14月	夏季希望保育				14月	焼豚チャーハン、スープ、梨	ごはん	ゼリー	お茶	ゼリー	お茶
15火					15火	五目鶏ごはん、すまし汁、バナナ	ごはん	プリン	お茶	プリン	お茶
16水				おかだめい	16水	ドライカレー、スープ、オレンジ	ごはん	そうめん	お茶	そうめん	お茶
17木					17木	豚丼、味噌汁、梨	ごはん	ヨーグルト	お茶	ヨーグルト	お茶
18金					18金	ひじきご飯、すまし汁、バナナ	ごはん	コーン蒸しパン	牛乳	コーン蒸しパン	牛乳
19土				さくらしいれい なかむらりんか	19土	焼きそば、スープ、バナナ	めん	-	-	-	-
20日					20日						
21月		体育/音楽指導・B		たにぐちとうご	21月	マーボー豆腐丼、伴三絲、オクラのスープ	ごはん	わらびもち	牛乳	わらびもち	牛乳
22火		園外予備日			22火	鮭のマリネ、ミニトマト、コーンスープ	ごはん	そうめん	お茶	そうめん	お茶
23水				うめきたまき先生	23水	ハヤシライス、きゅうりの変わり漬け、オレンジ	ごはん	お好み焼き	牛乳	お好み焼き	牛乳
24木		交通指導			24木	シューマイ、ひじきの炒り煮、味噌汁	ごはん	クロワッサン	牛乳	かにパン	牛乳
25金		習字指導			25金	ビビンバ丼、ワカメスープ、梨	ごはん	ジャムサンド	野菜果汁	ジャムサンド	野菜果汁
26土	希望保育：出欠は木曜日までにご連絡ください		ささきあいり ごとうこうせい さとうるみ調理員	かしおかなみ	26土	冷やしきつねうどん、オレンジ	めん	-	-	-	-
27日					27日						
28月		体育/音楽指導・A		たかはしひかり	28月	イタリアンスパゲッティ、フレンチサラダ、スープ	めん	おにぎり	お茶	おにぎり	お茶
29火	おたんじょうかい			にひらけんすけ	29火	鶏のからあげ、キャベツとコーンのサラダ、味噌汁、オレンジ	ごはん	フルーツサンデー	-	フルーツサンデー	-
30水				すずきてんま	30水	冬瓜の炒め物、納豆、味噌汁	ごはん	そばめし	お茶	そばめし	お茶
31木		習字指導			31木	和風ピラフ、梨ときゅうりのゴマ酢和え、スープ	ごはん	ジャムサンド	野菜果汁	ジャムサンド	野菜果汁

連絡事項：わからないことがある場合は、担任までお尋ね下さい。

- 1この時期、お休みを利用してお出かけになることが多くなると思います。お子様との共有する思い出は、心の安定に繋がりますので、家族での楽しい思い出を積極的にたくさん作ってください。
- 2夏は特に体力の消耗をします。健康に夏を乗り切るには、朝御飯は大切です。そのためにも、規則正しい生活と、早寝、早起きに配慮をお願いします。
- 3希望保育保育日も通常保育と同じ準備をして下さい。プールカードの記入も忘れずをお願いします。欠席の場合は8：30までに連絡下さい。

9月の主な行事予定

：行事は変更となる場合が有ります。

1金	避難訓練	15金	お弁当の日、5歳園外保育	父母役員会：2日（土）
5火	4歳園外保育、身体測定-乳児	22金	交通指導	おやじの会：2日・30日
11月	身体測定-森、虹	28木	誕生会	ぼっぼの会：5日・26日
12火	定期集金	29金	運動会予行練習	弘法命日：11日（月）
13水	身体測定-空、太陽	30土	運動会準備（おやじの会）	

つっておせんか！

「梨ときゅうりのゴマ酢和え」

夏にさっぱりと！ フルーツを使うことで甘くなり、子どもも食べやすくなります。

材料（4人前）

- ・きゅうり・・・2本
- ・梨・・・1個
- ・にんじん・・・適量

☆調味料

- ・すりゴマ・・・大1
- ・酢・・・大1強
- ・砂糖・・・大2
- ・醤油・・・少々

☆旬の食材 梨

日本で栽培されている梨には、皮が茶色の赤梨と皮が緑の青梨があります。最も生産量の多い品種は赤梨の幸水で40%を占めています。2位以下は 豊水、新高、二十世紀が続きます。実の下の方が糖度が高いので、お店で梨を選ぶときは皮に張りがあり、下のほうがふっくらしたものを選ぶといいですよ。梨のアスパラ菌酸が疲労回復を助けるので、夏バテにはもってこいの食材です。

作り方

- ①きゅうりはスライサーでスライスし、塩（分量外）をまぶしておく。
- ②梨は皮と芯を取り除き、千切りにし、薄い塩水にさっと通してザルにあげておく。
- ③人参は千切りにし、ゆでる。（電子レンジで加熱しても良い）
- ④調味料を全て混ぜあわせ、ゴマ酢を作っておく。
- ⑤きゅうりを絞り、水気をきり、梨とにんじんも水分をとる。
- ⑥食べる直前に④のゴマ酢で和える。

