

# 園だより



2019.6.28  
黒肥地保育園

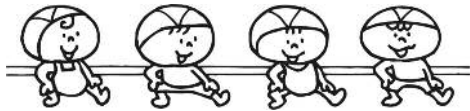
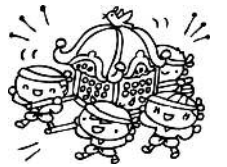
子ども達が楽しみにしているプールが始まります。大きい子も小さい子も水に楽しく触れられたらいいなと思います。

また、今月は夏祭りもあります。ご家族お揃いで遊びに来て下さいね。

早寝・早起き・朝ごはんて暑い夏を元気に過ごしましょう。

## 〈7月の行事〉

- |                   |             |              |
|-------------------|-------------|--------------|
| 1日(月) プールびらき      | 9日(火) 避難訓練  | 24日(水) 地蔵まつり |
| 2日(火) 育児ひろば(全おうち) | 10日(水) 誕生日会 | 27日(土) 夏まつり  |
| 8日(月) セタ集会        | 11日(木) 冒険の日 |              |



## こんだて

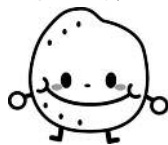
※ 7月10日(水) はお誕生日ランチです。

日	曜	献立名	おやつ	日	曜	献立名	おやつ
1	月	ハヤシライス・フレンチサラダ	味噌蒸しパン・ミルク	16	火	かき玉汁・じゃこ酢の物	おにぎり・お茶
2	火	焼き魚・春雨の酢の物	おにぎり・お茶	17	水	ひじきバーグ・やさしいソテー	フルーツヨーグルト
3	水	生姜焼き・コリコリサラダ	ポテトドーナツ	18	木	肉じゃが・冷奴	ちんすこう・牛乳
4	木	高野豆腐のふわふわ煮・胡瓜の即席漬け	ビスケット・牛乳	19	金	鶏肉のかりん揚げ・パインとキャベツの甘酢和え	豆腐と米粉のブラウニー
5	金	ささみのカレー揚げ・キャベツのごま和え	ジャムサンド・ミルク	20	土	パリパリ中華麺・牛乳	*****
6	土	ゆきそば・牛乳	*****	21	日	*****	*****
7	日	*****	*****	22	月	夏野菜味噌汁・たくあん	人参蒸しパン
8	月	セタそうめん・ししゃも・南瓜の天ぷら	みかんかてん	23	火	手羽元の山賊焼き・こまつなサラダ	ミルクもち
9	火	棒々鶏・レバーの生姜煮	マカロニあべかわ	24	水	伴三絲・レバーの揚げがらめ	まんじゅう・牛乳
10	水	☆★誕生日ランチ★☆	クラッカー・果汁	25	木	魚の南蛮・ひじきの炒め煮	みたらし団子
11	木	豆腐のまさご揚げ・胡瓜のごま酢和え	ニラだご・お茶	26	金	ゴーヤチャンプル・胡瓜のもずく和え	ごませんべい
12	金	切り干し大根の炒め煮・トマトの甘酢漬	おかき・ミルク	27	土	パン・果物・牛乳	*****
13	土	ミートスパゲティ・牛乳	*****	28	日	*****	*****
14	日	*****	*****	29	月	とり団子汁・ところてんの酢の物	フルーツヨーグルト
15	月	❀海の日❀	*****	30	火	ニラ玉子・ごぼうサラダ	おにぎり・お茶
				31	水	煮魚・切干大根の酢の物	枝豆・チーズ

### 旬野菜

#### 新じゃが

みずみずしく、やわらかい新じゃがは塩ゆで、煮物など丸ごと食べるのがおすすめです。買うときは皮が薄く全体に張りがあるものを。水分が多く保存がきかないので早めに食べましょう。



保育園のじゃが芋ももうすぐ収穫の時期を迎えます。きっとおいしいことでしょう！園で人気のおやつレシピを紹介します。是非、ご家庭でもお子さんと一緒に作って下さいね。

#### 〈ポテトドーナツ〉約30個分

☆じゃが芋 450g ☆砂糖 100g ☆団子粉 300g

- ①じゃが芋をゆでて、熱いうちにつぶし、砂糖を入れる。
- ②①に団子粉を加え、耳たぶぐらいの柔らかさになるまでこねる
- ③24～30等分して丸め、キツネ色になるまで転がしながら揚げ。揚げたてに軽く塩をふる。

### 旬のものをキャッチしましょう



昔、人々はその季節、その時にとれるものを食べて生きてきました。そして、食べ物で季節の変化を感じ、それを楽しみとしていました。

また、その季節に最も多くとれ、最も味のよい魚や鳥、野菜などを“旬”のものとして、その季節が来ると“旬”のものを味わうのが食事の楽しみであり、食卓の文化でもあったわけです。

近年、野菜や果物など、ほとんどのものが年間を通して出回り、季節感が失われてきています。時代が変わっても“旬”のものを味わうことを喜びとする心は失いたくないものです。

\*6月、苦情等はございませんでした。