



こんだてひょう

社会福祉法人 七光保育所
平成 28 年 3 月 1 日

卒園式までの登所日も残り少なくなり、嬉しいような寂しいような気持ちです。おいしい給食を作るので、元気に登所してきてください
調理室より



免疫力をつけよう

風邪などの感染症から身を守るには、免疫力をつけることが大切です。ほうれん草や大根の葉などに含まれるビタミン A には免疫機能を維持する働きがあり、ブロッコリーや柑橘類などに含まれるビタミン C には感染症の予防や回復の効果があります。毎日の食事にバランスよく取り入れていきましょう。

早いもので、27 年度も後一ヶ月となりました。又さくら組さんは、園生活最後の月です。

今月は、盛りだくさんのお楽しみ行事を予定しています。全員参加で楽しめる事を願っています。

井川仁美

日	曜	献立名	行事予定
1	火	魚のピカタ、さつまいものバター煮、具だくさんみそ汁	
2	水	お楽しみ会・ひな祭り会	白ご飯はいりません
3	木	ひじき入り麻婆豆腐、中華サラダ、卵スープ	
4	金	甘辛いわし、おかか和え、はんぺんのすまし汁	幼年消防クラブ 放水体験
5	土		
7	月	カレーうどん、カミカミサラダ	体育教室
8	火	お弁当の日	
9	水	ありがとうパーティー	
10	木	酢豚、かに豆腐汁	避難訓練
11	金	魚の塩焼き、ひじきサラダ、じゃがいものみそ汁	身体測定
12	土		
14	月	ごぼうのクリームスパゲティ、トマトスープ	
15	火	鮭のパン粉焼き、ほうれん草と白菜の桜えび和え、豚汁	体育教室
16	水	ハッシュドポーク、ごぼうサラダ、フルーツ	もったか花園へ (年長組)
17	木	お別れ会	白ご飯はいりません
18	金	ぶり大根、おかか和え、きゃべつのごま汁	フール教室
19	土		
21	月	振替休日	
22	火	鶏肉のマーマレード焼き、納豆サラダ、ポテトスープ	
23	水	カレーシチュー、はりはりなます、フルーツ	
24	木	豆腐のキッシュ、ひじきのサラダ、麩のすまし汁	移動図書
25	金	鯖の照り焼き、切干し大根の煮物、みそ汁	
26	土	卒園式	
28	月	あんかけラーメン、ひじきと大豆の炒り煮	
29	火	鮭の野菜あんかけ、和風サラダ、ふわふわみそ汁	
30	水	クリームシチュー、切干し大根の厚揚げの煮物、フルーツ	
31	木	生揚げのみそ炒め、わかめと春雨の和え物、すまし汁	

