



こんだてひょう

社会福祉法人 七光保育所
平成 29 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



おやつを上手にとろう

幼児期は活動量が多い発育期なので、たくさんの栄養が必要です。補食としておやつは欠かせないものですが、甘いお菓子を欲しがるとまに与えたり、静かにしてほしいからとだらだら食べさせたりすれば、食事の妨げになり、足りない栄養を補うものではなくなってしまいます。おやつの量や内容、食べる時間など一度見直されてみてはいかがでしょうか？

早いもので、28 年度も今月だけとなりました。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が、インフルエンザが気になる所ですが“ななこウパワー”で乗り切り(*^^)v 全員で楽しい思い出を一つでも多く作りたいたいものです(*^^)v

井川仁美

日	曜	献立名	行事予定
1	水	カレーシチュー、根菜サラダ、フルーツ	
2	木	麻婆豆腐、中華サラダ、わかめスープ	体育教室
3	金	お楽しみ会・ひな祭り会 (白ご飯はいりません)	
4	土		
6	月	野菜たっぷりカレーうどん、大根と豚肉のみそ炒め	幼年消防パレード (さくら組・すみれ組)
7	火	鮭のあけぼの焼き、磯浸し、はんぺんのすまし汁	
8	水	ハッシュドポーク、ひじきのサラダ、フルーツ	避難訓練 もったか花園体験 (午後:さくら組)
9	木	お弁当の日	
10	金	ありがとうパーティー (白ご飯はいりません)	
11	土		
13	月	あんかけラーメン、カミカミサラダ	体育教室
14	火	鶏肉のみそからめ焼き、カレーきんぴら、ワンタン汁	
15	水	クリームシチュー、切干し大根と厚揚げの煮物、フルーツ	
16	木	お別れ会 (白ご飯はいりません)	
17	金	魚のオープン焼き、ひじきサラダ、みそ汁	身体測定 布団持ち帰り日
18	土		
20	月	春分の日	
21	火	魚のおろし煮、おかか和え、切干し大根のみそ汁	
22	水	ビーフシチュー、三色野菜和え、フルーツ	
23	木	生揚げのみそ炒め、わかめと春雨の和え物、きのこ汁	移動図書交換日
24	金	鶏肉のマーマレード焼き、納豆サラダ、野菜スープ	フール教室 (保護者見学日)
25	土		卒園式
27	月	ごぼうのクリームスパゲティ、まめまめサラダ	
28	火	さばのカレー焼き、さつまいもサラダ、すまし汁	
29	水	春野菜カレー、はりはりなます、フルーツ	
30	木	ポークビーンズ、マカロニサラダ、キャベツのスープ	
31	金	鮭の野菜あんかけ、和風サラダ、みそ汁	

