



4月より七光保育所で務める事になりました。『永見由佳里』です。子ども達が笑顔になるような美味しい食事を作っていきたいと思ひます。宜しくお願ひします。



旬を取り入れた食生活を

日本には豊かな四季があり、古来より旬を楽しんできました。今では一年中店に並んでいる野菜や果物もありますが、旬の食材は栄養が豊富なうえ、たくさん市場に出まわるので、お財布にもやさしいという利点があります。また次の季節に向けて、体の調子を整える効果もあります。普段の食事から旬の食材を取り入れてみてはいかがですか？

新年度が始まりました。今年度は新入児さん 3 名を迎え 36 名でのスタートです。0 歳児から 5 歳児までの異年齢児保育を大切に、学童クラブと交流をもちながら日々の生活を過ごしたいと思ひています。又地域の方との繋がりを大事にしながら、色々な体験もしたいと思ひますので保護者の皆様のご協力をお願いします。

井川仁美



日	曜	献立名	行事予定
2	月	入所式	
3	火	鮭の塩焼き、インディアンサラダ、具だくさん汁	
4	水	豚肉の天ぷら、野菜のゆかり和え、五目すまし汁	
5	木	魚と人参の煮物、きゅうりとシラスの酢の物、すまし汁	
6	金	クリームシチュー、ツナサラダ、フルーツ	絵本貸出日
7	土		
9	月	ミートソーススパゲティ、彩り和え、チーズ	体育教室
10	火	魚の照り焼き、納豆和え、切り干し大根のみそ汁	
11	水	ポークビーンズ、鉄分たっぷりサラダ	避難訓練
12	木	魚のフライ、和風フレンチサラダ、レタスと卵のスープ	手話教室 (年長・年中)
13	金	カレーシチュー、カミカミサラダ、フルーツ	絵本貸出日
14	土		
16	月	とんこつうどん、ひじきの炒め煮	
17	火	煮魚、磯部和え、豚汁	
18	水	生揚げのそぼろ煮、ブロッコリーのごま酢和え、すまし汁	
19	木	魚のカレー揚げ、バンサンスー、豆乳スープ	
20	金	ビーフシチュー、まめまめサラダ、フルーツ	布団持ち帰り日 絵本貸出日
21	土		
23	月	みそラーメン、五目煮	体育教室
24	火	お弁当の日	
25	水	ジャーマンオムレツ、じゃこ和え、豆腐汁	身体測定
26	木	鮭の菜の花焼き、おかか和え、きゃべつのみそ汁	移動図書交換日
27	金	根菜カレー、三色野菜和え、フルーツ	フール教室 絵本貸出日
28	土		
30	月	振替休日	

おたんじょうび
おめでとう

