_____様

８月　園だより

令和２年度．８月号

気温も高くなり、いよいよ夏本番です！水分補給や休息をとりながら、夏ならではの遊びを存分に楽しめるよう配慮していきたいと思います。

今月の目標

ひよこ組
- 休息を十分に取り、安定した生活リズムで快適に過ごす。

はな組
- 友達や保育教諭と一緒に、砂遊びや水遊びなど夏の遊びを十分に楽しむ。

そら組
- できた喜びを感じながら、身の回りのことを意欲的にやろうとする。

赤組
- 簡単なルールや約束を守りながら運動遊びを楽しみ、友達との関りを深める。

青組
- 友達や異年齢児と関わりながら、夏の遊びを楽しむ。

白組
- 自分の体に関心を持ち、夏の時期を健康に過ごす。

行事予定

１７日(月)　ひよこ・赤・青・白組身体測定
１８日(火)　はな・そら組身体測定
２１日(金)　誕生会
２２日(土)　青・白組保育参観　１０時～
２７日(木)　避難訓練(火災)

給食室より

ビタミンCについて

アスコルビン酸とも呼ばれるビタミンCは、水溶性のビタミンで、野菜や果物など食品の他、添加物として使われたり、予防薬や治療薬としても用いられています。人は体内でビタミンCを生成できないため、食品からとる必要があります。ビタミンCには主に、１．抗酸化作用、２．コラーゲンの生成、３．免疫力の向上、４．鉄やカルシウムの吸収率を高めるなどの働きがあります。普段から、ビタミンCを含む野菜や果物をとり入れた食事を心がけていきましょう。

こんだて

1	土	マーボー春雨　わかめのさっと煮　果物	おかし
3	月	かき玉汁　ピーマンとしらたきのきんぴら	チョコサンド
4	火	鰯の満点揚げ　海藻サラダ　果物	みかんヨーグルト
5	水	シーフードカレー　レバーの生姜煮	丸ボーロ
6	木	ひじき入りつくね　切干大根の梅和え　トマト	マカロニあべかわ
7	金	厚揚げ入り八宝菜　大豆入り煮昆布	コーン蒸しパン
8	土	焼きそば　ごまいりこ　果物	おかし
11	火	鯖の生姜煮　マカロニサラダ　トマト	野菜ジュースのパンケーキ
12	水	豆腐の五目揚げ　青菜のじゃこ和え　果物	ゼリー
13	木	なすの肉味噌炒め　ほうれん草のナムル	チョコチップスコーン
14	金	コーンクリームシチュー　ちりめん大豆煮	おかし
15	土	厚揚げとひじきの煮物　ウインナー	おかし
17	月	焼魚　ひじきサラダ　トマト	ヨーグルトパンケーキ
18	火	豆腐ハンバーグ　キャベツとツナのサラダ　果物	クリームパン
19	水	炒り豆腐　キャベツとウインナーのソテー	おかし
20	木	グラタン風煮　レバーとニラの生姜煮	あずき蒸しパン
21	金	ドライカレー　フルーツヨーグルト　ヤクルト	プリン
22	土	ちゃんぽん　ちりめん煮昆布　果物	おかし
24	月	鮭のムニエル　ひじきとツナの甘辛煮　果物	おふラスク
25	火	トンカツ　野菜ソテー　果物	あんぱん
26	水	南瓜のそぼろ煮　野菜のごま和え	豆腐チョコババロア
27	木	肉野菜炒め　ちりめん卵とじ	枝豆蒸しパン
28	金	鰯団子の甘辛煮　ポテトサラダ　トマト	りんごヨーグルト
29	土	ミートスパゲティ　半月卵　果物	おかし
31	月	ハヤシライス　レバーの生姜煮	おかし

２１日は誕生会です。お弁当はいりません。

みんなの広場▷▶▷

ボールで遊ぶの楽しいね‼

おいしいトマトができますように♡

どんな夢を見ているのかなー？

かわいいひまわり作ったよ

みんなで作ったクラゲさんとハイポーズ！