



2025年 社会福祉法人いずみ

はじめめとした季節が続きますが、梅雨が明けると本格的な夏の到来です。これから迎える夏休みシーズンにお出かけを予定しているご家庭も多いのではないのでしょうか。いつもと違う環境での食事も楽しみの一つですね。夏を満喫して楽しい思い出をたくさん作ってくださいね♪



⚠ 食べ物による誤嚥事故に気をつけましょう ⚠

近年、子どもの食べ物による誤嚥窒息事故が多く報告されています。子どもは大人に比べてかむ力が弱く、うまくかめずに丸のみしてしまうことがあります。さらに、のどに詰まったものを吐き出すための力も弱く、咳で押し出すことが出来ずに気道を塞いでしまい、窒息につながる危険があります。そのような事故を防ぐためには、特定の食べ物に限らず、全ての食材が誤嚥につながる可能性があるという意識を持つことが大切です。他にも、食べ物に対する注意だけではなく、食べさせ方へのアプローチも重要なので、ご家庭でも以下のポイントを参考にして子どもの食事を見守るようにしましょう。



《誤嚥事故防止のための食事提供のポイント》

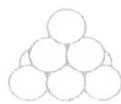
- ゆっくり落ち着いて食べることができる環境を作りましょう
- 正しい姿勢で座っているか確認しましょう
- 子どもの口に合った量や大きさを与えましょう
- 急いで飲み込まずゆっくりよくかんでから飲み込むように促しましょう
- 食事の時は水や麦茶などの水分を摂りながら喉を潤して食べるようにしましょう
- 口に食べ物が入っている状態でお話をするのはやめましょう
- 遊びながら、立ち歩きながら、テレビを見ながらなどの「ながら食べ」をさせないようにしましょう
- 食事中に眠くなったり、泣き出したりした場合は食事を一旦中断しましょう
- 食事中に驚かせないようにしましょう
- 食事の時は必ず大人が見守るようにしましょう



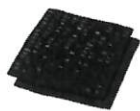
★特にイヤイヤ期の子どもは食事中に遊んだり、泣いたり、寝てしまったりと注意が必要な時期でもあります。他にも、乳歯から永久歯への生え代わりの時期は、いつもよりうまくかむことができないので気をつけて食べるように声掛けをしましょう。

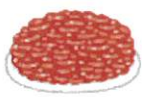
注意 が必要な食材

球形や大きさから軌道に入りやすくつまりやすい食材						
						
ミニトマト	ぶどう	さくらんぼ	うずらの卵	個装チーズ	あめ・ラムネ	乾いたナッツ・豆類

弾力がありかみきりにくい食材		粘着力が高く飲み込みにくい食材	
			
いか	こんにゃく	もち	白玉団子

弾力がある又は繊維が残るため飲み込みにくい食材				
				
葉野菜	きのこ類	わかめ	ソーセージ	薄切り肉

固さや切り方によってはつまりやすい食材		固くてかみちぎりにくい食材		
				
りんご	なし	えび	貝類	焼きのり

唾液を吸収して飲み込みにくい食材				
				
ゆでたまご	鶏ひき肉	焼き芋・ふかし芋	パン類	カステラ

★切り方や加熱、とろみをつけるなど調理法に工夫をすることで安全に食べることができる食材もありますので、子どもに合わせて提供してください。

～給食室から～

園庭で各クラスが育てたきゅうりやミニトマトが続々と収穫されており、味付けしたり素材の味を感じるように味を付けずに食べたりしています。自分たちで育てた夏野菜はおいしく感じるようで、みんな喜んで食べています。今月の献立にも旬の夏野菜や果物を取り入れたメニューが多く入っているのでみんなで味わって食べたいと思います。7月の食育活動では、おやつで食べるとうもろこしの皮むきをすみれ組とたんぼ組でします。乳児さんはとうもろこしを触って観察します。初めてとうもろこしを見たり触ったり…どんな反応が見られるか楽しみです。さくら組はお泊り保育のカレー作りにむけて6月も包丁のカット練習をし、人参と大根を切ってみそ汁を作って食べました。7月は本番前の最後の練習としてじゃがいもと人参を切ってスープを作る予定です。お泊り保育のカレー作り、みんな今からとても楽しみにしています。おいしく出来ると良いですね！





2025年7月献立

		昼食	間食(午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料
1	火	夏野菜のハヤシライス グリーンサラダ コンスープ	麦茶 豆腐みるくもち	豚もも肉／ノンオイルツナ缶／牛乳／豆乳／きな粉	精白米／オリーブ油／三温糖／片栗粉	玉ねぎ／人参／なす／ピーマン／ズッキーニ／カットマト／ブロッコリー／キャベツ／きゅうり／クリームコーン	ハヤシルー／米酢／食塩／チキンコンソメ／バセリ
2	水	麦ご飯 魚のマヨ焼き 切干大根の煮物 みそ汁	牛乳 かぼちゃマフィン	銀鮭／油揚げ／牛乳	精白米／押麦／しらたき／三温糖／ホットケーキミックス／無塩バター	切干大根／人参／えのき茸／いんげん／小松菜／なす／かぼちゃ	マヨドレ／バセリ／しょうゆ／みりん風調味料／みそ
3	木	メキシカンライス ポテトサラダ わかめともやしのスープ	牛乳 シナモントースト	豚ひき肉／牛乳／ノンオイルツナ缶	精白米／じゃが芋／食パン／グラニュー糖／無塩バター	にんにく／玉ねぎ／ピーマン／赤パプリカ／ホールコーン／きゅうり／人参／カットわかめ／もやし	チキンコンソメ／食塩／カレー粉／トマトケチャップ／マヨドレ／顆粒ガラスープ／しょうゆ／シナモン
4	金	ご飯 酢豚 海藻サラダ スープ	牛乳 メロン ムーンライト	鶏もも肉／ノンオイルツナ缶／木綿豆腐／牛乳	精白米／三温糖／ごま油	大根／玉ねぎ／人参／ピーマン／パイン缶／カットわかめ／干しひじき／きゅうり／もやし／小松菜／メロン	顆粒ガラスープ／米酢／しょうゆ／トマトケチャップ／チキンコンソメ／食塩
5	土	豚きんぴら丼 なめ茸和え みそ汁	牛乳 ビスケット おせんべい	豚もも肉／牛乳	精白米／白ごま／三温糖／さつま芋	ごぼう／人参／いんげん／小松菜／白菜／もやし／なめたけ／玉ねぎ	しょうゆ／みりん風調味料／みそ
7	月	《七夕会・お誕生会》 七夕ご飯 鶏の照り焼き 短冊和え そうめん汁	牛乳 ゼリーケーキ	卵／鶏もも肉／ノンオイルツナ缶／牛乳／アイブクリーム	精白米／三温糖／ごま油／そうめん／焼きそば／グラニュー糖／冷凍バイシート	人参／オクラ／大根／きゅうり／カットわかめ／万能ねぎ／りんごジュース／寒天／パイン缶／黄桃缶／みかん缶	みりん風調味料／しょうゆ／食塩
8	火	豚の生姜焼き丼 コールスロー みそ汁	牛乳 オープンポテト	豚もも肉／木綿豆腐／牛乳	精白米／三温糖／じゃが芋／なたね油	生姜／玉ねぎ／冷凍グリーンピース／キャベツ／きゅうり／人参／ホールコーン／なめこ／万能ねぎ	しょうゆ／みりん風調味料／マヨドレ／みそ／チキンコンソメ／食塩
9	水	麦ご飯 魚の甘酢あんかけ 五目豆 みそ汁	牛乳 おからドーナツ	カレー／水煮大豆／油揚げ／牛乳／おから	精白米／押麦／片栗粉／三温糖／ホットケーキミックス／なたね油／グラニュー糖	ピーマン／玉ねぎ／人参／ごぼう／大根／いんげん／えのきたけ／小松菜	顆粒ガラスープ／米酢／しょうゆ／みりん風調味料／みそ
10	木	食パン 鶏と大豆のクリーム煮 ツナサラダ トマトスープ	麦茶 焼き込みごはん	鶏もも肉／水煮大豆／牛乳／ノンオイルツナ缶／ウインナー／鶏ひき肉／油揚げ	食パン／オリーブ油／三温糖／マカロニ／じゃが芋／精白米	玉ねぎ／人参／ブロッコリー／キャベツ／きゅうり／ホールコーン／カットマト／いんげん	シチュールー／米酢／チキンコンソメ／食塩／しょうゆ／みりん風調味料
11	金	ご飯 じゃがいものそぼろあん ゆかり和え みそ汁	牛乳 とうもろこし 花せんべい	豚ひき肉／厚揚げ／牛乳	精白米／じゃが芋／三温糖／片栗粉	玉ねぎ／人参／冷凍グリーンピース／キャベツ／きゅうり／カットわかめ／長ねぎ／とうもろこし	しょうゆ／みりん風調味料／ゆかり／みそ
12	土	ミートソースパグティ パンキンサラダ スープ	牛乳 ビスケット おせんべい	豚ひき肉／バルメザンチーズ／鶏むね肉／牛乳	スパゲティ	玉ねぎ／ホールコーン／ピーマン／カットマト／かぼちゃ／きゅうり／人参／レーズン／えのき茸／ブロッコリー	トマトケチャップ／ウスターソース／マヨドレ／チキンコンソメ／食塩
14	月	ご飯 豆腐入り鶏つくね のり和え みそ汁	牛乳 ミルクスコーン	鶏ひき肉／木綿豆腐／牛乳／卵	精白米／片栗粉／三温糖／薄力粉／無塩バター	長ねぎ／小松菜／もやし／キャベツ／人参／きざみのり／なす／玉ねぎ／レーズン	しょうゆ／みりん風調味料／みそ／ベーキングパウダー
15	火	三色丼 かぼちゃの含め煮 みそ汁	牛乳 フレーククリスピー	鶏ひき肉／卵／油揚げ／牛乳	精白米／三温糖／片栗粉／無塩バター／コーンフレーク	小松菜／かぼちゃ／大根	しょうゆ／みりん風調味料／みそ
16	水	麦ご飯 魚の西京焼き 干草和え すまし汁	牛乳 コーンとウインナーのパン	さわら／かまぼこ／木綿豆腐／牛乳／ウインナー	精白米／押麦／三温糖／白ごま／ホットケーキミックス／無塩バター	小松菜／キャベツ／人参／きゅうり／カットわかめ／万能ねぎ／ホールコーン	みそ／みりん風調味料／しょうゆ／食塩／トマトケチャップ
17	木	食パン チリコンカン フレンチサラダ スープ	牛乳 塩昆布おにぎり	豚ひき肉／水煮大豆／牛乳	食パン／オリーブ油／三温糖／精白米	人参／玉ねぎ／ピーマン／にんにく／カットマト／キャベツ／きゅうり／赤パプリカ／ホールコーン／えのき茸／小松菜／塩昆布	トマトケチャップ／カレー粉／チキンコンソメ／米酢／食塩
18	金	ご飯 肉豆腐 ごま和え みそ汁	牛乳 バナナ カルテツウエハース	豚もも肉／木綿豆腐／牛乳	精白米／しらたき／三温糖／すりごま	人参／長ねぎ／えのき茸／小松菜／もやし／キャベツ／かぼちゃ／水菜／バナナ	しょうゆ／みりん風調味料／みそ
19	土	2種おにぎり 肉野菜炒め 具だくさんみそ汁	牛乳 ビスケット おせんべい	豚もも肉／鶏むね肉／牛乳	精白米／ごま油／じゃが芋	にんにく／生姜／キャベツ／もやし／にら／人参／大根／万能ねぎ	ゆかり／蜜餞の素／顆粒ガラスープ／しょうゆ／みりん風調味料／みそ
21	月	海の日					
22	火	五目あんかけ焼きそば 中華きゅうり 人参とにらのスープ	牛乳 きなこホットケーキ	豚もも肉／牛乳／きな粉	焼きそば麺／片栗粉／白ごま／三温糖／ごま油／ホットケーキミックス	キャベツ／チンゲン菜／人参／しめじ／きゅうり／カットわかめ／にら	顆粒ガラスープ／しょうゆ／米酢／食塩
23	水	麦ご飯 魚のバター醤油焼き 大豆入りひじき煮 みそ汁	牛乳 肉みそうどん	銀鮭／油揚げ／水煮大豆／木綿豆腐／牛乳／豚ひき肉	精白米／押麦／有塩バター／三温糖／しらたき／干しうどん	干しひじき／人参／いんげん／なす／水煮たけのこ／万能ねぎ	しょうゆ／みりん風調味料／みそ
24	木	ご飯 バーベキューチキン パインアップルサラダ ミルクスープ	牛乳 ピザトースト	鶏もも肉／牛乳／ノンオイルツナ缶／プロセスチーズ	精白米／三温糖／オリーブ油／さつま芋／食パン	にんにく／パイン缶／キャベツ／きゅうり／小松菜／ホールコーン／ピーマン／玉ねぎ	みりん風調味料／食塩／トマトケチャップ／中濃ソース／米酢／チキンコンソメ
25	金	ご飯 鶏団子のおま煮 おかか和え みそ汁	牛乳 すいか バウムクーヘン	鶏ひき肉／かつお節／厚揚げ／牛乳	精白米／片栗粉／三温糖	長ねぎ／えのき茸／大根／人参／いんげん／小松菜／キャベツ／もやし／かぼちゃ／すいか	しょうゆ／みりん風調味料／みそ
26	土	焼き鶏丼 即席漬け みそ汁	牛乳 ウェハース おせんべい	鶏もも肉／牛乳	精白米／三温糖／さつま芋	長ねぎ／いんげん／キャベツ／きゅうり／大根／人参／塩昆布／小松菜	しょうゆ／みりん風調味料／みそ
28	月	ご飯 ブルコギ風炒め ナムル 玉子スープ	牛乳 レーズン入りコーンフレーク	豚もも肉／卵／牛乳	精白米／春雨／ごま油／三温糖／片栗粉／コーンフレーク	玉ねぎ／人参／にら／もやし／小松菜／万能ねぎ／レーズン	にんにく／テンメンジャン／顆粒ガラスープ／しょうゆ／食塩
29	火	豚玉丼 冬瓜の煮物 みそ汁	牛乳 メープルかぼちゃ	豚もも肉／卵／鶏もも肉／牛乳	精白米／三温糖／メープルシロップ	玉ねぎ／冷凍グリーンピース／冬瓜／人参／いんげん／もやし／にら／かぼちゃ	しょうゆ／みりん風調味料／みそ
30	水	麦ご飯 魚の竜田揚げ 酢味噌和え けんちん汁	牛乳 シュガーパイ	めかじき／ノンオイルツナ缶／木綿豆腐／牛乳	精白米／押麦／片栗粉／なたね油／三温糖／グラニュー糖／冷凍バイシート	キャベツ／きゅうり／人参／カットわかめ／大根／ごぼう／長ねぎ	しょうが／しょうゆ／みりん風調味料／穀物酢／みそ／食塩
31	木	ロールパン カレーシチュー スパゲティサラダ	麦茶 五平餅	鶏もも肉／牛乳／ノンオイルツナ缶	ロールパン／じゃが芋／スパゲティ／オリーブ油／三温糖／精白米／すりごま	玉ねぎ／人参／ブロッコリー／きゅうり	カレールー／米酢／みそ／みりん風調味料

○仕入れなどにより使用する材料が変更になる場合があります。ご了承ください。
○乳児クラスの午前おやつは、コドモンに記載しています。
○完了食(1歳～1歳半)は幼児食を食べやすく配慮したものを提供しています。
○本園で使用している、ハム・ウインナーに卵は含まれておりません。
○ご不明な点、ご質問などがありましたら、遠慮なく給食室までお問い合わせ下さい。