



# 7月の給食だより



令和7年 とちのもり保育園

雨上がりの青空に夏の訪れを感じるようになりました。梅雨が明けると夏本番になり、暑い日が続きます。ジュースなど冷たい飲み物やアイスなど冷たい食べ物おいしい季節ですが、冷たい物を摂りすぎると、胃が冷えて食欲がなくなってしまいます。また、糖分が多くむし歯になりやすいので、水分補給は水かお茶がおすすめです。こまめな水分補給と、バランスの良い食事、十分な睡眠をとり、夏の暑さに負けない身体をつくりましょう！

## とちのもり保育園の給食が出来上がるまで

- 1 市の管理栄養士が献立を考えます
- 2 委託先の OCK Ba~mi さんに献立を提出

季節を感じるメニュー  
アレルギー  
離乳食 などに対応！



土曜日も対応可能！  
※事前申し込みのみ



- 3 当日 OCK Ba~mi さんが調理  
実際に調理中のお写真です！



- 4 OCK Ba~mi さんからとちのもり保育園に配達



- 5 いただきます



ご挨拶が遅くなり、申し訳ありません。

とちのもり保育園の給食・おやつの献立作成を行っている、尾鷲市役所福祉保健課の管理栄養士の世古と申します。旬の食材を使用して季節を感じられる、おいしく楽しい給食を目指して、たくさんの方と協力しながら給食を作っています。ご心配なことがありましたらいつでもご相談ください。



7月7日は  
七夕メニューを実施予定です！