



6月献立表



全園児		副食	主食	3時のおやつ	未満児 朝のおやつ
1	土	生姜焼き丼、ごま酢和え、椎茸の吸物	ごはん	牛乳、菓子	菓子
3	月	肉じゃが、レタスと昆布のサラダ、オレンジ、豆腐のみそ汁	ごはん	ミルク、 手)フルーツカナッペ	バナナ
4	火	大豆カレー、グラッセ、ベーコンとほうれん草のスープ	ごはん	ミルク、 手)りんごヨーグルト	菓子
5	水	魚のホイル焼き、マカロニサラダ、レタス、にんじんの吸物	ごはん	牛乳、 手)カスタードサンド	ちくわチーズ
6	木	とり天、かぼちゃの甘煮、カニカマサラダ、なめこ汁	麦ごはん	ミルク、菓子、 以)オレンジ	オレンジ
7	金	鮭のかば焼き丼、酢の物、かきたま汁	ごはん	牛乳、 手)メープルケーキ	菓子
8	土	にゅうめん、きゅうりのハム巻き	ごはん(きなこ)	牛乳、菓子、 以)りんご	りんご
10	月	ふわふわオムレツ、きんぴらごぼう、トマトときゅうりの彩りサラダ、かぼちゃのみそ汁	ごはん	ミルク、 手)バナナヨーグルト	菓子
11	火	豆腐のキーマカレー、きゅうりとちくわのマヨネーズ和え、キャベツとベーコンのスープ	ごはん	ミルク、菓子	りんご
12	水	魚の煮付け、ジャーマンポテト、ウィンナーときゅうり、厚揚げのみそ汁	ごはん	牛乳、パン	オレンジ
13	木	お好み焼き、スティックサラダ、わかめの吸物	ごはん (鮭ふりかけ)	ミルク、菓子、りんご	ヨーグルト
14	金	クリームパスタ、花畑サラダ、たまごスープ	食パン	ミルク、 手)クラッカーピザ	バナナ
15	土	二色丼、しそ風味キャベツ、きのこの吸物	ごはん	牛乳、菓子	菓子
17	月	カレイのカレームニエル、玉ねぎのチャブチェ、生野菜、豆腐の吸物	ごはん	ミルク、パン	菓子
18	火	ハヤシライス、長崎サラダ、人参スープ	麦ごはん	牛乳、 手)チョコレートバー	バナナ
19	水	ソース焼きそば、トマトときゅうりの彩りサラダ、あおさの吸物	ごはん (ふりかけ)	ミルク、菓子	りんご
20	木	誕新)花おにぎり、チキン南蛮、レタスとツナのサラダ、オレンジ、豆乳スープ	ゆかりごはん	牛乳、 手)バナナパフエ	菓子
21	金	鮭のごまマヨネーズ焼き、冷や奴、春雨の酢の物、じゃがいものみそ汁	ごはん	ミルク、 手)ホイップジャムサンド(いちご)	ヨーグルト
22	土	親子丼、ごぼうサラダ、わかめの吸物	ごはん	牛乳、菓子	りんご
24	月	ハンバーグ、ゆでとうもろこし、レタスのサラダ、きのこスープ	ロールパン	牛乳、 手)カルピスゼリー	菓子
25	火	ポークカレー、もやし中華サラダ、かにかまぼこの吸物	麦ごはん	ミルク、菓子	バナナ
26	水	豚キャベツ丼、春雨サラダ、油揚げのみそ汁	ごはん	牛乳、 手新)ココアクッキー	スティックパン
27	木	魚の竜田揚げ、切干大根の煮付け、きゅうりの梅肉和え、たまごの吸物	ごはん	ミルク、菓子	りんご
28	金	冷やし中華、かぼちゃのそぼろ煮	わかめごはん	ミルク、パン	ちくわチーズ
29	土	保育参観			バナナ

※未)未満児食 ※以)…以上児食 ※誕)…お誕生会 ※新)…今月から新たに加わる新メニューです。 ※〇〇)…行事
 ※手)手作りおやつ



食育だより

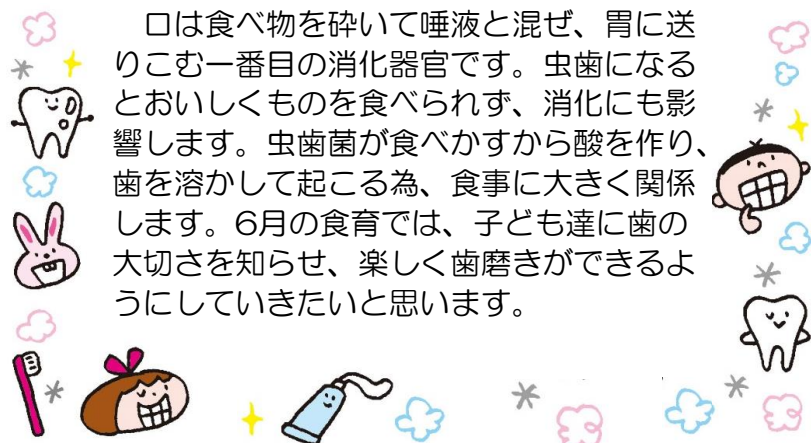


献立作成：竹田

6月の食育のテーマ

食べたら歯を磨こう！

口は食べ物を砕いて唾液と混ぜ、胃に送りこむ一番目の消化器官です。虫歯になるとおいしくものを食べられず、消化にも影響します。虫歯菌が食べかすから酸を作り、歯を溶かして起こる為、食事に大きく関係します。6月の食育では、子ども達に歯の大切さを知らせ、楽しく歯磨きができるようにしていきたいと思ひます。



5月の食育動紹介

野菜の苗植えをしよう

