



6月の給食だより

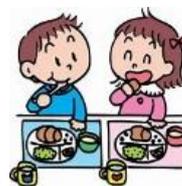
【今月の目標】
よくかんで食べよう

2024年5月31日
足羽東こども園

日	曜	献立名	9時30分 (未満児)	15時(全員)	延長保育 (飲み物 お茶)
1	土	(土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい。)	お茶 せんべい	おちゃ ビスケット	
3	月	とりにくのケチャップに ブロッコリーのごまドレッシングかけ オクラとえのきのスープ	牛乳 お米ボーロ	おちゃ フルーツゼリー	せんべい
4	火	たまねぎいりぶたのしょうがやき いんげんのおかかあえ さつまいもとねぎのみそじる オレンジ	牛乳 お子様せんべい	ミルク ビスケット	クッキー
5	水	ウインナーいりジャーマンポテト ツナときりぼしだいこんのサラダ たまねぎとにんじんのスープ	牛乳 クッキー	ミルク Ca せんべい	ビスケット
6	木	ちくわのにしよくあげ きざみなっとう かぼちゃのふくめに もやしいりやさいのみそじる	牛乳 紫芋せんべい	ミルク あげせんべい	せんべい
7	金	★パンの日 さけのムニエルタルタルぞえ ほうれんそうのソテー マカロニスープ	牛乳 卵ボーロ	おちゃ バナナ	クッキー
8	土	(土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい。)	お茶 せんべい	おちゃ ビスケット	
10	月	しろみさかなのフライ コーンいりキャベツサラダ うすあげとじゃがいものみそじる	牛乳 ソフトせんべい	おちゃ むしとうもろこし	ビスケット
11	火	ビビンバどん オムレツ トマト はるさめスープ	牛乳 ベビーせんべい	ミルク たまごせんべい	せんべい
12	水	ぶたじゃが しらすいりきゅうりのすのもの わかめとたまねぎのすましじる	牛乳 ウエハース	ミルク おこさまえびせん	クッキー
13	木	たまねぎいりとりにくのさっぱりに ブロッコリーのごまあえ とうふとえのきのみそじる	牛乳 プチクッキー	おちゃ ほしたべよ	ビスケット
14	金	てりやきにくだんご アスパラガスとにんじんのマヨネーズぞえ ふとわかめのすましじる あじつけのり	牛乳 小魚せんべい	ミルク ビスケット	せんべい
15	土	(土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい。)	お茶 せんべい	おちゃ ビスケット	
17	月	わふうハンバーグ キャベツのゆかりあえ じゃがいもとだいこんのみそじる	牛乳 かるまぐふわせん	おちゃ おしぼん	クッキー
18	火	あかうおのにつけ みかんいりきゅうりとわかめのすのもの そうめんじる	牛乳 ほうれん草煎餅	おちゃ ヨーグルト	ビスケット
19	水	★誕生会 ベーコンいりピラフ ポテトとおこめのささみカツ こしのルビー ジュリアンスープ	牛乳 野菜せんべい	カルピス クレープ	せんべい
20	木	スタミナたつたあげ げんきピーマンのきんぴらいため こまつなとたまねぎのみそじる	牛乳 塩せんべい	ミルク わかめチップス	クッキー
21	金	マーボーナス とうふいりむししゅうまい パナナ	牛乳 ビスケット	ミルク こざかなせんべい	ビスケット
22	土	(土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい。)	お茶 せんべい	おちゃ ビスケット	
24	月	さばのみそに にんじんいりほうれんそうのおひたし うどんいりすましじる	牛乳 クッキー	おちゃ カルシウムラスク	せんべい
25	火	ブレンオムレツ やさいいりスパゲティソテー ミネストローネスープ メロン	牛乳 ゼリー	ミルク しょうゆせんべい	クッキー
26	水	ポークカレーシチュー ふくしんづけ フルーツミックス	牛乳 ウエハース	おちゃ ひじきあられ	ビスケット
27	木	ぶたにくりんごソース きゅうりのちゅうかあえ とうふとたまねぎのすましじる	牛乳 Ca せんべい	ミルク ビスケット	せんべい
28	金	やさいたっぷりやきにくふういため おくらのおひたし もずくスープ	牛乳 卵ボーロ	ミルク さつまいもチップ	クッキー
29	土	(土曜保育ご利用の方は、弁当・お茶・箸を持参下さい。)	お茶 せんべい	おちゃ ビスケット	

【食育活動】

- ・6/10 とうもろこしの皮むき
- ・6/24 食育集会(3歳~5歳)
むし歯を予防し丈夫な歯を作るためのおはなしをします。



手作りおやつ

【今月使用する食材の産地】

青森、茨木、長野、岐阜、愛知、静岡、
石川、富山、福井、兵庫、徳島、高知、
長崎、大分、宮崎、熊本、アメリカ、
フィリピン

食育だより

初夏から梅雨へと季節の移り変わりを体感することができる6月。

気温の差が激しいこの季節は、体調を崩しやすく、食欲も落ちやすい時期です。園では、栽培活動や旬の食材を見て、触れて、感じることを通して、食を楽しみ、味わう機会をつくっていきたいと思います。

むし歯を予防する

6月4日は、むし歯予防デーです。

子どもの歯はやわらかく、むし歯になりやすいため、毎日の歯みがきでむし歯を予防することが大切です。健康な歯をつくるためにもカルシウムやビタミンD、さらに良質なたんぱく質やビタミンA、ビタミンCなどをバランスよく摂ることが必要です。

*6/24の手作りおやつはカルシウムたっぷりの「カルシウムラスク」です。



食中毒に注意!!

6月は、じめじめとした梅雨が続き、気温が高くなります。この時期は、細菌の繁殖に適した条件がそろい、食中毒が増える季節です。

菌を繁殖させないためにも、「つけない（手洗い）、増やさない（冷蔵・冷凍保存）、やっつける（加熱殺菌）」の三原則を守って、食中毒を予防しましょう。

夏野菜の苗植え (2~4歳)

各クラス、夏野菜の苗植えをしました。

植物や野菜を育てることで食べ物への興味をもち、野菜の好き嫌いが減ったり、食べてみようの気持ちにつながります。みんなで水やりをしながら成長を見守っていきます。

2歳 ミニトマト、きゅうり

3歳 ミニトマト、ピーマン

4歳 ミニトマト、おくら、きゅうり

