

野菜が元気に育っています！

5月にすみれ組のお友達が植えた、人参、ピーマン、ミニトマトが大きくなってきました。

人参の葉っぱはよきによき伸びてきました。ピーマンは白いお花が咲いて、そのあとに小さい実がつけました。ミニトマトは小さい実が何個も連なってできています。

これからもっとお世話をして、成長を観察しながら、収穫を楽しみたいと思います。



バイキングのマナー!!

7月6日は七タバイキングです。普段と違う雰囲気、たくさんのごちそうの中が選んで食べます。

バイキングには様々なマナーがありますが、保育園では、好きなものばかりではなくお野菜などバランスよくとること、食べられるような量を取って残さないことを重点的に教えたいと思います。

* 今月のおにぎりの日は11日(水)です。

* 仕入れ状況により献立内容が変更になる場合があります。ご了承ください。

日	曜	献立名	おやつ	Kcal
2	月	肉じゃが・海藻サラダ・ミニトマト みそ汁(大根、油揚げ)・小玉すいか	ブルーベリーサント スキムミルク	486
3	火	さばのおろし煮・卵の花の煮物・キャベツ すまし汁(卵豆腐、万能葱)・グレープフルーツ	フルーツカスタード	483
4	水	チーズ茶わん蒸し・華風和え・ブロッコリー みそ汁(ふのり、長ねぎ)・オレンジ	サイダーゼリー ビスケット	422
5	木	鶏のさっぱり煮・大根がら・トマト すまし汁(筍、わかめ)・バナナ	郷土料理の日 雑穀入り桜えびご飯	518
6	金	☆七夕バイキング☆		
7	土	スープ(わかめ、白ごま)・パイン	雪見大福	
9	月	豚肉かりん揚げ・春雨がら・チーズ みそ汁(豆腐、ふのり)・キウイ	コンヤトスト スキムミルク	585
10	火	鮭のサラダ焼き・胡瓜とわかめの酢の物・キャベツ スープ(えのき、ほうれん草)・オレンジ	セサミドーナツ お茶	403
11	水	おにぎりの日 ひじきとコンの天ぷら・鶏ささみがら がら・トマトすまし汁(はんぺん、椎茸)・バナナ	冷やし中華	402
12	木	豆腐の挽肉煮・ポテトがら・ミニトマト スープ(白菜、ピーマン)・グレープフルーツ	バナナブレッド お茶	417
13	金	カツオ春巻・コールスロー・コーン みそ汁(玉葱、しめじ)・小玉すいか	カルピスゼリー	399
14	土	すまし汁(板ふ、わかめ)・オレンジ	せんべい ゼリー	
16	月	海の日でおやすみ		
17	火	ポークカレー・ひじき和え・ブロッコリー スープ(マッシュルーム、ピーマン)・パイン	わかめそうめん	434
18	水	揚げ出し豆腐・いかと胡瓜の和え物・枝豆 すまし汁(卵豆腐、万能葱)・バナナ	じゃこのお焼き お茶	406
19	木	アジの塩焼き・すき昆布の煮物・アスパラ みそ汁(じゃが芋、人参)・オレンジ	いちご蒸しパン お茶	354
20	金	すき焼き風煮・じゃが芋枝豆がら・チーズ すまし汁(卵、ニラ)・小玉すいか	キャロットゼリー	421
21	土	スープ(わかめ、卵)・キウイ	シュークリーム	
23	月	鶏つくね照り焼き・白菜の甘酢和え・粉ふき芋 すまし汁(もやし、厚揚げ)・キウイ	ジャムサント スキムミルク	459
24	火	鱈の変わり揚げ・菜果サラダ・大根ゆかり和え みそ汁(油揚げ、わかめ)・グレープフルーツ	豆腐白玉 お茶	402
25	水	☆お誕生会☆お箸のみ持ってきてください		
26	木	さばの味噌煮・キャベツの華風漬け・白菜 すまし汁(うずらの卵、長葱)・オレンジ	エビコンスパゲッティ お茶	357
27	金	レバーのカレー揚げ・七目納豆・キャベツ みそ汁(大根、人参)・パイン	洋風雑炊	429
28	土	手作り弁当・すまし汁(板ふ、わかめ)・バナナ	カップアイス	
30	月	きのご豆腐・白菜と大根がら・コーン みそ汁(キャベツ、油揚げ)・バナナ	ロールチーズサント スキムミルク	467
31	火	鮭のムニエル・洋風切り干し大根・粉ふき芋 スープ(椎茸、じゃが芋)・小玉すいか	味噌おにぎり お茶	405