

6月

こんだてだより

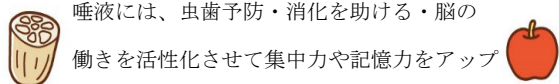
にまいばしこども園

6月4日～10日までの1週間は、歯と口腔への意識を高める『歯と口の健康週間』です。



よく噛む習慣をつけましょう

よく噛むことは、唾液の分泌を促します。



唾液には、虫歯予防・消化を助ける・脳の働きを活性化させて集中力や記憶力をアップするなどの効果があります。

噛み応えのあるものをよく噛んで食べることを心がけましょう。



苗植え体験をしました

すみれ組で育ててみたい野菜を話し合い、胡瓜とミニトマトに決まりました。その野菜の苗と米の苗植えをしました。米はバケツで水稲栽培します。土と水が混じっているバケツの土とプランターで育てる土の違いの説明をすると、熱心に観察していました。また苗を優しく扱い植えることができました。毎日水やりをして、成長や収穫を楽しみにしている子どもたちです。



世界料理の日

スパニッシュオムレツはスペインで食べられているじゃが芋や玉ねぎ・ハムなどが入った卵焼きです。スペインではトルティージャと呼ばれ、どんな具材を入れるかは作る人や家庭によって異なるそうです。

◎今月のおにぎりの日は8日(水)です。

(以上児クラスのみ。未満児は園で準備します。)

◎リクエスト給食はゆり組さんの鶏の唐揚げです。

15日の予定です。

◎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。また、ひよこ・たんぼ組はくるみ・ピーナツを除去して提供しています。

日	曜	献立名	おやつ	kcal
1	水	ポテトグラタン・醤油フレンチ・トマト・スープ(ベーコン・わかめ)・グレープフルーツ	ぞうすい	427
2	木	さばの南蛮漬け・ブロッコリーサラダ・チーズ・みそ汁(大根・油揚げ)・パイ	ブラウニー 麦茶	443
3	金	のしどり・糸こんにの炒め煮・キャベツ・すまし汁(卵豆腐・万能ねぎ)・キウイ	ナポリタン 麦茶	344
4	土	手作り弁当・スープ(ねぎ・ごま)・グレープフルーツ	ゼリー せんべい	
6	月	ビーフカレー・ひじきサラダ・ゆで卵・スープ(コーン・えのき)・パイ	ブルーベリーサンド スキムミルク	499
7	火	ハムチーズはんぺん揚げ・華風和え・コーン・すまし汁(椎茸・もやし)・バナナ	ココアプリン	401
8	水	おにぎりの日 目玉焼き・じゃが芋ソテー・トマト・みそ汁(なめこ・豆腐)・メロン	パウンドケーキ 麦茶	349
9	木	魚のマリネ・春雨サラダ・ほうれん草・すまし汁(まいたけ・白菜)・オレンジ	きりせんしょ 麦茶	385
10	金	ピーマンの肉詰め・もやしのナムル・チーズ・スープ(しめじ・キャベツ)・グレープフルーツ	フルーツカスタード	358
11	土	手作り弁当・すまし汁(わかめ・板ふ)・オレンジ	チーズ蒸しパン	
13	月	厚揚げ中華風旨煮・菜果サラダ・胡瓜・みそ汁(人参・大根)・キウイ	ピザトースト スキムミルク	443
14	火	鮭の黄金焼き・白菜の甘酢和え・ミニトマト・すまし汁(筍・しめじ)・バナナ	ロッククッキー 麦茶	332
15	水	鶏の唐揚げ・じゃが芋枝豆サラダ・もやし・スープ(卵・わかめ)・グレープフルーツ	キューちゃんおにぎり 麦茶	474
16	木	大豆のケチャップ煮・鶏ささみごまダレサラダ・白菜・スープ(もやし・ベーコン)・パイ	さつま芋蒸しパン 麦茶	439
17	金	鶏肉和風ソテー・中華サラダ・ブロッコリー・みそ汁(じゃが芋・人参)・オレンジ	カレーうどん	375
18	土	手作り弁当・すまし汁(ねぎ・板ふ)・バナナ	カップアイス	
20	月	麻婆豆腐・ちくわキャベツみそマヨ・大根ゆかり・すまし汁(はんぺん・にら)・メロン	ミルクサンド スキムミルク	508
21	火	マヨネーズ春巻・大豆とわかめのサラダ・コーン・みそ汁(まいたけ・キャベツ)・パイ	ごまババロア	460
22	水	🎂お誕生会 お楽しみメニュー🎂 《以上児クラスはお箸だけ持たせてください》	お楽しみ♪	
23	木	鱈のピカタ・七目納豆・キャベツ・すまし汁(筍・白菜)・オレンジ	ごま入り甘辛団子 麦茶	291
24	金	レバーの中華風・マカロニサラダ・胡瓜・みそ汁(えのき・油揚げ)・グレープフルーツ	冷やし中華	467
25	土	手作り弁当・スープ(卵・わかめ)・パイ	アップルパイ	
27	月	豚肉ソースマリネ・酢の物・トマト・スープ(ピーマン・しめじ)・キウイ	卵サンド スキムミルク	382
28	火	世界料理の日 スパニッシュオムレツ・洋風切干・ブロッコリー・すまし汁(わかめ・椎茸)・オレンジ	チーズ餃子 麦茶	366
29	水	魚カレーソース焼き・白菜と大根のサラダ・コーン・スープ(えのき・卵)・バナナ	焼きそうめん 麦茶	390
30	木	豆の天ぷら・こんにやく白和え・チーズ・みそ汁(豆腐・なめこ)・パイ	まぜまぜアイス	473