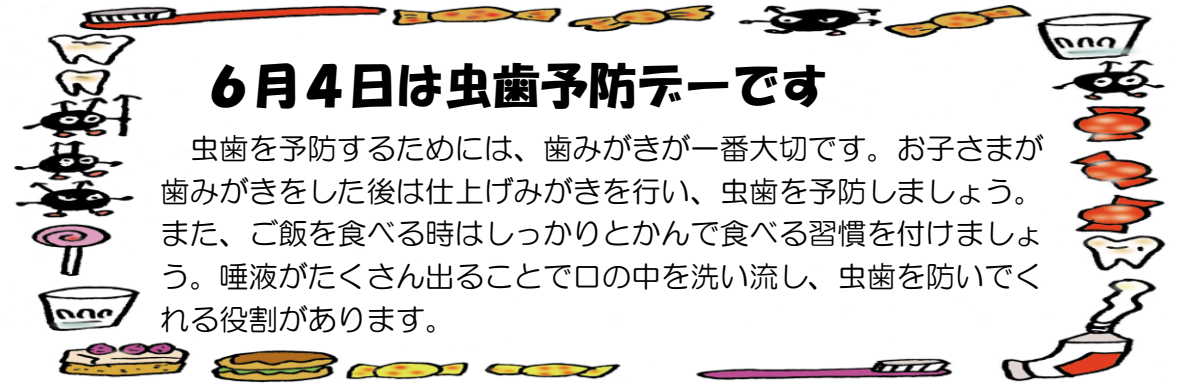


6がつきゅうしよくこんだてひょう

手作り
おやつ



6月4日は虫歯予防デーです

虫歯を予防するためには、歯みがきが一番大切です。お子さまが歯みがきをした後は仕上げみがきを行い、虫歯を予防しましょう。また、ご飯を食べる時はしっかりとかんで食べる習慣を付けましょう。唾液がたくさん出ることで口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。



☆身近な野菜を育て、生長を楽しみに世話をして収穫を喜ぶことで、食への興味・関心を持てるように菜園活動をしています。



日	曜日	こんだてめい	赤色の食べ物	黄色の食べ物	緑色の食べ物	おやつ	手作り
1日	水	ういんなーさんど とうふとほうれんそうすーぶ ふる一つみくす・ぎゅうにゅう	ウインナー・豆腐 牛乳	コッペパン	きゃべつ・ほうれん草 にんじん・コーン・えのき みかん缶・パン缶・バナ	アスパラガ ス	
2日	木	えんどうまめごはん・ぎゅうにゅう こうやどうふのおらんだに はくさいとつなごまあえ	鶏肉・高野豆腐 シーチキン 牛乳	米・でんぶん・油 砂糖・ごま じゃがいも	えんどう豆・たまねぎ にんじん・ピーマン 白菜	ヨーグルト バナナケーキ	
3日	金	ごはん・えびかつ わふうさらだ・みそしる ぎゅうにゅう	エビカツ・かつお節 豆腐・みそ 牛乳	米・油・じゃがいも 和風ドレッシング	ひじき・ほうれん草 カットわかめ・たまねぎ	ホームパイ	
6日	月	わかめごはん・ごもくすーぶ しゅーまい ぎゅうにゅう	ちりめんじゃこ 油揚げ・シューマイ 牛乳	米・砂糖・でんぶん	わかめ・にんじん・しいたけ こんにやく・もやし・たけの しめじ・ねぎ	バーム クーヘン	
7日	火	ごはん・さばのみぞれに とうにゅうみそしる・ごもくまめ ぎゅうにゅう	さばのみぞれ煮 豆腐・豆乳・みそ 煮豆・牛乳	米・さといも	たまねぎ・にんじん えのきだけ・しょうが	ミニパフェ	
8日	水	ろーるばん・かきあげ にこみうどん・てつぶんぜりー ぎゅうにゅう	牛肉・油揚げ かまぼこ 牛乳	ロールパン・うどん さつまいも・油 天ぷら粉・鉄分ゼリ	にんじん・ほうれん草 たまねぎ	マリー ビスケット	
9日	木	ちゅうかふうまぜごはん ぶろっこりーごまねーず みそしる・ぎゅうにゅう	焼き豚・ロースハム 豆腐・みそ 牛乳	米・ごま油・ごま マヨネーズ じゃがいも	しいたけ・にんじん たけのこ・ブロッコリー カットわかめ	ピザ トースト	
10日	金	ごはん・あげじゃがそぼろに こまつなとちくわのごまあえ ぎゅうにゅう	合挽肉・平天 竹輪 牛乳	米・じゃがいも・油 でんぶん・砂糖 ごま	にんじん・さやいんげん こんにやく・小松菜	プリッツ	
13日	月	ごはん・ぶたにくしょうがやき まかにさらだ・みにとまと ぎゅうにゅう	豚肉・ロースハム 牛乳	米・砂糖・油 マカロニ・マヨネー	しょうが・きゃべつ にんじん・きゅうり ミニトマト	あんぱんまん ソフトせんべい	
14日	火	かれーらいす ふつ一つみくす ぎゅうにゅう	牛肉 牛乳	米・油 じゃがいも	たまねぎ・にんじん みかん缶・パン缶 バナナ	ハーベスト	
15日	水	こくとうばん・めんちかつ みねすとろーねすーぶ にんじんぐらっせ・ぎゅうにゅう	メンチカツ ベーコン 牛乳	黒糖パン・油・砂糖 バター・マカロニ じゃがいも	にんじん・たまねぎ トマト・ホールコーン	ミレー ビスケット	
16日	木	まーぼーどん・はるまき おれんじ ぎゅうにゅう	豆腐・豚ひき肉 八丁味噌・春巻き 牛乳	米・油・砂糖 でんぶん・ごま油	たまねぎ・にんじん・いら たけのこ・しょうが・ねぎ オレンジ	きなこ クッキー	
17日	金	ごはん・さばのおしやき ぶろっこりーしらあえ せんぎりすーぶ・ぎゅうにゅう	さば・豆腐 みそ 牛乳	米・ごま・砂糖	ブロッコリー・にんじん たまねぎ・きゃべつ	スティック パン	
20日	月	すたみならいす・わかめすーぶ ばなな ぎゅうにゅう	合挽肉・油揚げ 豆腐・ベーコン 牛乳	米・砂糖	ごぼう・にんじん しいたけ・カットわかめ えのきたけ・バナナ	芋けんぴ	
21日	火	ごはん・さけのれもんふうみ せんぎりうまに・てつぶんぜりー ぎゅうにゅう	鮭・平天 牛乳	米・でんぶん・油 砂糖・鉄分ゼリ	干切大根・こんにやく にんじん	マーレード ケーキ	
22日	水	ろーるばん・ふれんちさらだ いたりあんすばげてい ぎゅうにゅう	ベーコン 牛乳	ロールパン スパゲティ・油 フレンチドレッシング	たまねぎ・にんじん・しめじ ピーマン・きゅうり ブロッコリー・りんご	コーン おにぎり	
23日	木	ごはん・とりにくこうそうばんこや みにとまと・やさいすーぶ ぎゅうにゅう	鶏肉 ベーコン 牛乳	米・パン粉・油	ガーリックパウダー・パセリ かぼちゃ・にんじん・えのき ほうれん草・ミニトマト	あじさい ヨーグルト	
24日	金	ごはん・あじこうみあげ ぶたじる・おれんじ ぎゅうにゅう	あじ・豚肉 みそ・牛乳	米・油・砂糖 でんぶん ごま	ねぎ・天根・にんじん ごぼう・こんにやく しめじ・オレンジ	白い ふうせん	
27日	月	ごはん・はるさめさらだ さけのちゃんちゃんやき ぎゅうにゅう	鮭・焼き豚 みそ・牛乳	米・バター・砂糖 はるさめ・ごま油	たまねぎ・にんじん きゃべつ・もやし きゅうり	ヨーグルト	
28日	火	きのこすーすがけらいす ころころさらだ ぎゅうにゅう	鶏肉・茹大豆 ロースハム 牛乳	米・マヨネーズ	たまねぎ・えのき・しめじ マッシュルーム・ブロッコリー きゅうり・にんじん	大学 かぼちゃ	
29日	水	こつべばん・じゃむ・ぎゅうにゅう おむれつ・すていっくやさい やさいのうまじおすーぶ	オムレツ ベーコン 牛乳	コッペパン・ジャム じゃがいも・マヨネーズ オリーブ油	きゃべつ・にんじん たまねぎ・きゅうり	きなこ餅	
30日	木	てりやきどん・みそしる ばなな ぎゅうにゅう	鶏肉・油揚げ 豆腐・みそ 牛乳	米・でんぶん・砂糖	きゃべつ・にんじん カットわかめ・たまねぎ えのき・バナナ	もちもち チーズパン	



青組・・・スイカとトウモロコシを植えました。



黄組・・・キュウリと茄子を植えました。



桃組・・・枝豆とプチトマトを植えました。



赤組・・・プチトマトを植えました。



緑・ひよこ・・・
園庭に植えてある野菜を見えています。
保育所ではたくさん遊んで、給食を
おいしそうに食べています。

♪ 手作りおやつ材料 ♪

2日(木) ヨーグルトバナナケーキ・・・ホットケーキミックス・ヨーグルト・砂糖・バナナ・バター

7日(火) ミニパフェ・・・カステラ・コーンフレーク・生クリーム・みかん缶

9日(木) ピザトースト・・・食パン・ホールコーン・ウインナー・ミックスチーズ・ピザソース

16日(木) きなこクッキー・・・きなこ・小麦粉・バター・砂糖

21日(火) マーレードケーキ・・・ホットケーキミックス・バター・牛乳・マーレード

22日(水) コーンおにぎり・・・米・ホールコーン・塩

23日(木) あじさいヨーグルト・・・ヨーグルト・砂糖・ぶどうジュース・寒天

28日(火) 大学かぼちゃ・・・かぼちゃ・油・砂糖