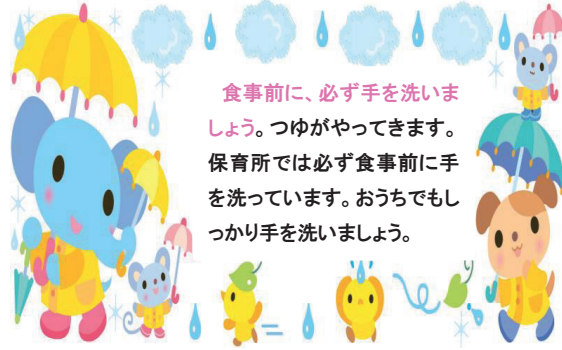


6がつこんだて



平成 28 年 6 月 1 日 山田町第一保育所

よくかんでたべよう



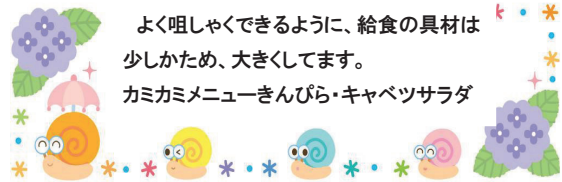
食事前に、必ず手を洗いましょう。つゆがやってきます。保育所では必ず食事前に手を洗っています。おうちでもしっかり手を洗いましょう。

今月の予定

- 6日(月)人形劇
- 11日(土)親子遠足
- 19日(日)親子レク
- 22日(水)誕生会
- 24日(金)ほっこり食事会
- 28日(火)避難訓練

「19日は食育の日です。保育所の食育、地域における食育の大切さを見直してみるのもいいですね。」

3歳以上児の栄養価について、主食分の栄養分(ご飯)の栄養価が含まれています。ご飯 110gエネルギー185カロリーです



よく咀しゃくできるように、給食の具材は少しかため、大きくしています。カミカミメニューきんぴら・キャベツサラダ

誕生会メニュー-22日(水)

- *ツナピラフ
- *餃子ピザ
- *コンソメスープ
- *鶏肉の甘辛煮
- *リンゴサラダ
- *ぶどう アメリカンチェリー



日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食		全園児午後のおやつ	栄養価	
			全 園 児			未満児	以上児
1	水	牛乳・えびせん	鶏肉のマーマレード焼き・スイートポテトサラダ・茹でブロッコリー・味噌汁・バナナ		牛乳・せんべい	487	500
2	木	牛乳・ミニパン	サバの味噌煮・ビーフンソテー・キャベツのおかか和え・すまし汁・オレンジ		牛乳★サターアランダギー	433	480
3	金	牛乳・ウエハース	たこ天・しょうゆフレンチ・トマト・味噌汁・グレープフルーツ		牛乳★ぶーさんクッキー	468	512
4	土	牛乳・せんべい	カレーライス・100%ジュース・バナナ		麦茶・お菓子		
5	日						
6	月	牛乳・とんがりコーン	豚肉の生姜焼き・大根サラダ・ブロッコリーソテー・味噌汁・グレープフルーツ		牛乳・星たべよう	470	490
7	火	牛乳・ミニパン	マカロニグラタン・野菜炒め・トマト・スープ・バナナ		牛乳★しょうゆ団子	500	530
8	水	牛乳・おととつと	五目卵焼き・春雨サラダ・こふき芋・味噌汁・キウイフルーツ		牛乳★チーズパン	500	530
9	木	牛乳・ビスコ	鮭の西京焼き・五目きんぴら・小松菜のおかかマヨネーズ・すまし汁・りんご		ヨーグルト・クラッカー	417	460
10	金	牛乳・バナナ	野菜のメンチカツ・フレンチサラダ・トマト・味噌汁・オレンジ		牛乳★フレクファッチ	527	530
11	土		親 子 遠 足				
12	日						
13	月	牛乳・えびせん	鶏肉のソース焼き・ブロッコリーと卵のサラダ・枝豆・味噌汁・バナナ		牛乳★キャロットケーキ	432	515
14	火	牛乳・クッキー	タラフライ・大根とツナのサラダ・トマト・味噌汁・グレープフルーツ		ヨーグルト・ミニクッキー	440	505
15	水	牛乳・オレンジ	和風ハンバーグ・スパゲッティソテー・浸し和え・味噌汁・オレンジ		牛乳★マクロビおにぎり	513	565
16	木	牛乳・タマゴポロー	カレーライス・コーンサラダ・ポイルウインナー・スープ・ぶどう		牛乳・とんがりコーン	530	556
17	金	牛乳・マンナビスケット	鮭のレモン焼き・千切り野菜の炒め煮・さつま芋の甘煮・味噌汁・バナナ		牛乳★スティックパン	410	482
18	土	フルーツゼリー	焼きそば・乳酸飲料・バナナ		麦茶・お菓子		
19	日						
20	月	牛乳・せんべい	タラのパン粉焼き・春雨ソテー・野菜のゆかり和え・味噌汁・バナナ		牛乳★ スイートポテト	465	503
21	火	牛乳・たべっこ動物	シューマイ・和風サラダ・トマト・味噌汁・オレンジ		牛乳・ポリポリ小魚	503	520
22	水	牛乳・とんがりコーン	誕 生 会		フルーツゼリー・ウエハース	602	680
23	木	牛乳・ミニパン	さばのカレー焼き・キャベツのごまサラダ・ジャーマンポテト・味噌汁・グレープフルーツ		牛乳★ミニクッキー	520	527
24	金	フルーツヨーグルト	筍の松風焼き・スパゲッティサラダ・おくら和え・味噌汁・オレンジ		牛乳・クリームパン	500	570
25	土	牛乳・ウエハース	スパゲッティミートソース・100%ジュース・オレンジ		麦茶・お菓子		
26	日						
27	月	牛乳・えびせん	豚肉のごまだれ焼き・マカロニサラダ・枝豆・味噌汁・バナナ		牛乳★チーズケーキ	470	506
28	火	牛乳・バナナ	麻婆豆腐・涼伴三条・竹輪の海女ちゃん揚げ・味噌汁・グレープフルーツ		ヨーグルト	490	532
29	水	100%ジュース・リッツ	鶏のつくね焼き・シルバーサラダ・きゅうりの中華和え・豆腐の味噌汁・バナナ		牛乳・源氏パイ	428	503
30	木	牛乳・おととつと	タラのオランダ揚げ・青菜の板かま和え・かぼちゃ煮・味噌汁・オレンジ		★オレンジゼリー	492	507