



# のきゅうしょくこんだて



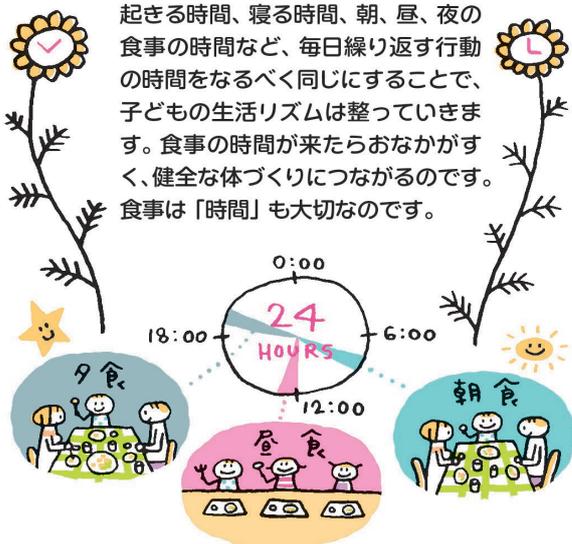
令和5年 6月1日 六合保育園

月	火	水	木	金	土
			1 味噌ちゃんぼん ナムル かつお節ふりかけ バナナ	2 白身魚のフライ 人参サラダ すまし汁(わかめ) 牛乳・紫いもチップ	3 <保育参観・ ゆり組親子試食会> タンドリーチキン 鉄分たっぷりサラダ たぬき汁 オレンジ寒天
5 豆腐ハンバーグ スパゲティサラダ ジュリエンスープ 牛乳・ラスク	6 鯖の塩焼き 味噌マヨ和え もずく汁 あじさいゼリー	7 麻婆豆腐 ビーフンサラダ 果物(オレンジ) 牛乳・ふかし芋	8 けんちんうどん カミカミサラダ 昆布の佃煮 ゆかりおにぎり	9 鯖の煮付け ハリハリなます 味噌汁(さつま芋) 牛乳・バナナ	10 チキンカレー ゴマサラダ  クラッカー
12 生姜焼き 味噌汁(厚揚げ) ゴマ納豆 牛乳・あべかわマカロニ	13 魚ロッケ バンサンスー すまし汁(麩) チャーハン	14 オムレツ ひじきマヨサラダ 味噌汁(わかめ) 牛乳・バナナ	15 太平燕(タイピーエン) 人参しりしりー 鶏そぼろ 牛乳・コーンフレーク	16 鰯のごま油焼き もやしのおかか和え 中華かき玉汁 水ようかん	17 豚じゃが 土佐和え  かりんとう
19 ヘルシー唐揚げ ペンネソテー コンソメスープ 牛乳・バナナ	20 つみれ汁 きんぴらごぼう おかか納豆 ゆでとうもろこし	21 鶏肉と大豆の煮物 中華和え 果物(メロン) 牛乳・ジャムサンドクラッカー	22 ナポリタン ポテトサラダ ゴマふりかけ 牛乳・蒸しパン	23 鯖の竜田揚げ ひじきの酢の物 味噌汁(豆腐) 昆布とツナのおにぎり	24 ハヤシライス マカロニサラダ  カステラ
26 炒り豆腐 汁ビーフン 果物(スイカ) 牛乳・揚げパン	27 鮭のムニエル わかめと胡瓜の酢の物 味噌汁(切干大根) おかかおにぎり	28 BBQチキン コールスローサラダ ミネストローネ 牛乳・スコーン	29 冷やし中華 じゃこじゃが ゴマ塩 バナナ	30 ポークビーンズ のり鶏サラダ 果物(オレンジ) 牛乳・ビスケット	

※材料購入の都合上、献立を変更する可能性があります。予めご了承ください。

## 6月10日は時の記念日 食事の時間を大切に

起きる時間、寝る時間、朝、昼、夜の食事の時間など、毎日繰り返す行動の時間をなるべく同じにすることで、子どもの生活リズムは整っていきます。食事の時間が来たからおなかのすく、健全な体づくりにつながるのです。食事は「時間」も大切なのです。



6月のお花と言えば・・・紫陽花

6日(火)のおやつは、あじさいゼリーを作ります。お楽しみに♡



### グリーンピースの皮むきをしました

5月10日(水)たんぼぼ組～ゆり組まで、グリーンピースの皮むきをしました。ちゅうりっぷ組、もも組は、保育者がむくところを見たり、触ったりしました。

みんなで剥いたグリーンピースは、ピースご飯にいただきました。



### 今年も体験します★ とうもろこしの皮むき

20日に、とうもろこしの皮むきをします。

ゆり組はスケッチをした後、1人1本ずつ皮むきをします。さくら組からもも組も、皮むきをします。ちゅうりっぷ組は保育者がむくところを見たり、実際に触ったりする予定です。

