

6月



令和5年6月1日  
社会福祉法人 下東条西保育所

じめじめと蒸し暑い日が増え、さわやかな春から夏へ向かっている様子が感じられます。子どもたちはカエルやダンゴ虫、カマキリの赤ちゃんなどの生き物に興味津々！園庭で探したり、お部屋でお世話したりする姿が見られますよ。



## 6月の予定

- 5日(月) 図書館出前お話し【月】
- 6日(火) 体育教室【うさぎ・花・雪・月】
- 8日(木) 図書館見学【月】
- 12日(月) 石井文庫お話し【雪】
- 20日(火) **スマイル弁当デー** 身体計測
- 22日(木) 三園交流会【月】 明石天文科学館 8時集合
- 26日(月) 石井文庫お話し【花】
- 27日(火) 体育教室
- 28日(水) 誕生会

※毎週月曜日 10時より未就園児対象のすくすく子育て教室を開催しています。

## 7月の予定

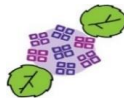
- 7日(金) わくわく☆ないと【月】 20時半頃解散
- 10日(月) プール開き



## おしらせ

- 気温が高くなってきました。6月1日(木)より半袖体操服を自由とします。華美でないTシャツ(袖のあるもの)を着用してもらってもかまいません。ズボンの中にTシャツを入れましょうね。
- 6月から月組もお昼寝をします。全園児、掛け布団はタオルケットを持ってきて下さい。汗をかきますのでパジャマを毎日持ち帰ります。パジャマ袋も毎日洗濯して下さいね。
- 6月から給食のおしぼりは園でぬらして使います。乾いたままケースに入れて持ってきて下さい。(花・雪・月)
- 8月4日の夏祭りは、浴衣や甚平を持っているお友だちは、是非着て登所して下さいね。





月	火	水	木	金	土
<p>*花・雪・月組は1日(木)にお米1合を持ってきてください。 14日・28日に使用する分です (袋に名前を書いて、お米を入れてください)</p> <p>*20日(火)はスマイル弁当デーです。</p>			<p><b>1</b></p> <p>麻婆豆腐 合挽ミンチ、豆腐 片栗粉、中華だし 青葱 玉葱、人参、干し椎茸、筍、生姜</p> <p>春雨の酢の物 ハム、春雨、わかめ すりごま 胡瓜 バナナ 手作りおやつ フレンチトースト</p>	<p><b>2</b></p> <p>パンパキンオムレツ ベーコン、卵、チーズ、牛乳 コンソメ ケチャップ 人参、南瓜、ピーマン、玉葱</p> <p>切り干し大根の塩昆布和え 塩昆布、カニカマ いりごま、ごま油 胡瓜、コーン、ゆで干し大根 オレンジ</p>	<p><b>3</b></p> <p>親子丼 鶏肉、卵 玉葱、人参、椎茸、青葱</p> <p>棒チーズ プロセスチーズ</p> <p>果物</p>
<p><b>5</b></p> <p>厚揚げの味噌炒め 厚揚げ、豚肉、味噌 ピーマン 玉葱、人参、キャベツ もやしとわかめの和え物 竹輪、わかめ ごま油、いりごま もやし、コーン バナナ</p>	<p><b>6</b></p> <p>鮭のマヨネーズ焼き 鮭、白みそ、マヨネーズ</p> <p>根菜のごま酢和え すまし汁 ツナ、かまぼこ すりごま 蓮根、人参、小松菜、玉葱 バナナ 手作りおやつ きな粉ボール</p>	<p><b>7</b> 少なめ</p> <p>ミートスパゲティ 合挽ミンチ スパゲティ 人参、玉葱、ピーマン</p> <p>野菜スープ ハム コンソメ 人参、玉葱、キャベツ、しめじ グレープフルーツ</p>	<p><b>8</b> 少なめ</p> <p>お好み焼き 粉かつお、豚肉、卵、青のり、チーズ マヨネーズ、竹輪 小麦粉、ソース キャベツ、人参、こんにやく、青葱、長手</p> <p>なめ茸 えのき バナナ 手作りおやつ あじさいゼリー</p>	<p><b>9</b></p> <p>焼肉 牛肉 いりごま 玉葱、人参</p> <p>アスパラとエビのサラダ エビ、マヨネーズ、卵 胡瓜、アスパラガス オレンジ</p>	<p><b>10</b></p> <p>ポトフ ウイニー じゃが芋、コンソメ 人参、玉葱、キャベツ</p> <p>味付け海苔 果物</p>
<p><b>12</b></p> <p>高野豆腐の五目煮 鶏肉、高野豆腐 じゃが芋 こんにやく 人参、いんげん、玉葱、干し椎茸</p> <p>ツナと胡瓜の酢の物 ツナ、わかめ 胡瓜 バナナ 手作りおやつ シュガーパイ</p>	<p><b>13</b></p> <p>タンドリーチキン 鶏肉、ヨーグルト カレー粉、小麦粉 ケチャップ、トマト、ブロッコリー</p> <p>コールスローサラダ ハム、マヨネーズ キャベツ、人参、胡瓜 オレンジ</p>	<p><b>14</b></p> <p>かしわご飯 鶏肉、油揚げ 刻みのり 人参、牛蒡、干し椎茸</p> <p>かきたま汁 卵、豆腐 片栗粉 えのき、青葱 グレープフルーツ</p>	<p><b>15</b></p> <p>鱈の西京焼き 鱈、白みそ</p> <p>ひじきと大豆の炒め煮 大豆、鶏肉、ひじき、油揚げ 糸こんにやく 人参、ごぼう、干し椎茸 オレンジ 手作りおやつ かたつむりクッキー</p>	<p><b>16</b></p> <p>コロケ 合挽ミンチ、卵 じゃが芋、小麦粉、パン粉、ソース 玉葱、人参、ケチャップ、ブロッコリー</p> <p>ハムサラダ ハム、マヨネーズ キャベツ 人参、ブロッコリー、胡瓜 バナナ</p>	<p><b>17</b></p> <p>豚汁 豚肉、油揚げ、豆腐、味噌 人参、玉葱、大根、青葱</p> <p>ゆで卵 卵</p>
<p><b>19</b></p> <p>かに玉 かにかま、卵 片栗粉 干し椎茸 人参、グリーンピース、玉葱、筍</p> <p>春雨スープ 春雨、わかめ 玉葱、人参 グレープフルーツ</p>	<p><b>20</b> スマイル弁当デー</p> <p>照り焼きハンバーグ 合挽ミンチ、豆腐 パン粉 牛乳 玉葱、トマト、ブロッコリー</p> <p>マカロニサラダ ハム、卵、マヨネーズ マカロニ 人参、胡瓜、 果汁100%ゼリー 手作りおやつ いちごタルト風トースト</p>	<p><b>21</b></p> <p>赤魚の煮つけ 赤魚 白葱、生姜</p> <p>卵の花 鶏ミンチ、油揚げ、おから 干し椎茸、こんにやく 人参、青葱、大根、牛蒡 オレンジ 手作りおやつ みかんケーキ</p>	<p><b>22</b></p> <p>ポークビーンズ 豚肉、ベーコン、竹輪、大豆 コンソメ 玉葱、人参、いんげん、ケチャップ</p> <p>ポパイソテー ウイニー コーン、ほうれん草 バナナ</p>	<p><b>23</b> 少なめ</p> <p>ちゃんぽん麺 海老、いか、豚肉 コンソメ 中華麺、中華だし 人参、青葱、キャベツ、椎茸、もやし</p> <p>棒チーズ プロセスチーズ</p> <p>オレンジ</p>	<p><b>24</b></p> <p>豚じゃが 豚肉、竹輪 じゃが芋 糸こんにやく 人参、玉葱、いんげん</p> <p>のり佃煮</p>
<p><b>26</b></p> <p>肉豆腐 竹輪、牛肉、豆腐 こんにやく 人参、青葱、玉葱、椎茸</p> <p>野菜のごま和え すりごま 人参、キャベツ、胡瓜 オレンジ</p>	<p><b>27</b></p> <p>鯖の塩焼き 鯖</p> <p>中華サラダ 味噌汁 ハム、卵、わかめ、豆腐 ごま油、すりごま、じゃが芋 人参、きゅうり、えのき、青葱 バナナ 手作りおやつ 塩昆布チーズおにぎり</p>	<p><b>28</b> 誕生会メニュー</p> <p>てるてるカレー 合挽ミンチ、大豆 ルー、コーン、パプリカ 人参、しめじ、マッシュルーム</p> <p>ポテトサラダ ハム、卵、マヨネーズ じゃが芋 人参、きゅうり 果汁100%ゼリー 手作りおやつ みかんケーキ</p>	<p><b>29</b></p> <p>揚げじゃがの煮物 合挽ミンチ じゃが芋 人参、玉葱、いんげん</p> <p>小松菜とわかめのナムル わかめ ごま油 トマト、コーン、小松菜 オレンジ</p>	<p><b>30</b> 少なめ</p> <p>冷やしうどん ハム、卵、わかめ うどん きゅうり、トマト</p> <p>竹輪の磯辺揚げ 竹輪、卵、青のり 小麦粉</p> <p>グレープフルーツ</p>	<p>赤:からだを作る食品 黄:エネルギーを作る食品 緑:からだの調子を整える食品</p>

このマークのついている日は白飯を持参して下さい。  
※お米の入った袋に名前を書いてください。

※食材は都合により変更する場合があります。



身体に大切なカルシウム

身体のカルシウムの99%は骨や歯につけています。残りの1%は、筋肉や神経、心臓の働きに関わったり、血を止める一部として作用しています。血の中のカルシウムが不足すると、将来骨粗しょうになってしまうかもしれません。丈夫な骨や歯をつくるために子どもの時から積極的に摂取しましょう！  
牛乳や乳製品の他に、小松菜や煮干し、大豆製品、切り干し大根などに多く含まれています。

20日(火) スマイル弁当デー

☆持ち物

ことり・うさぎ組

いつもの給食セット・空のお弁当箱・レジャーシート

花・雪・月組

いつもの給食セット・空のお弁当箱・レジャーシート

※白ご飯はおにぎりにしてラップに包んで下さい