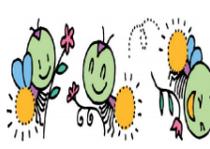


日	月	火	水	木	金	土										
<p>「食前の手洗いと食後の歯磨きの習慣を！」</p> <p>ジメジメとした梅雨がやってきました。湿度の上昇するこの季節は、細菌類の繁殖期でもあります。特に食中毒には気をつけたいものです。まずはその予防策として、手洗いから始めましょう。園では必ず食事前にしています。お家でもしっかり手を洗っているか、そばで見ているか、そぼで見ているか、爪の中まで清潔なら、とても好ましいですね。合わせて食後の歯磨き、お家でもしっかり習慣づけていきましょう。</p> <p>「スローフードを心がけましょう」</p> <p>ファストフードの対義語として、スローフードが流行しています。ゆっくり食べる事だけをいうのではなく調理自体にも時間をかけて、素材の味を十分に引き出す事も指します。ゆっくりと時間をとって、まずは、料理を手伝うことから食育に親しみましょう親子間のきずなも深まるはずですよ。</p> <div style="border: 1px dashed black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>1日あたりの栄養量</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="text-align: center;">三才未満児</td> <td style="text-align: center;">三才以上児</td> </tr> <tr> <td>エネルギー 517kcal</td> <td>エネルギー 617kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質 18.6g</td> <td>たんぱく質 23.5g</td> </tr> <tr> <td>脂 質 15.2g</td> <td>脂 質 18.1g</td> </tr> <tr> <td>カルシウム 206mg</td> <td>カルシウム 226mg</td> </tr> </table> </div>				三才未満児	三才以上児	エネルギー 517kcal	エネルギー 617kcal	たんぱく質 18.6g	たんぱく質 23.5g	脂 質 15.2g	脂 質 18.1g	カルシウム 206mg	カルシウム 226mg	1	2	3
三才未満児	三才以上児															
エネルギー 517kcal	エネルギー 617kcal															
たんぱく質 18.6g	たんぱく質 23.5g															
脂 質 15.2g	脂 質 18.1g															
カルシウム 206mg	カルシウム 226mg															
				<p>衣替え 尿検査二次</p>	<p>春の遠足</p>											
				<p>リッツ、麦茶</p>		<p>ヨーグルト</p>										
				<p>麻婆丼 キャベツのツナサラダ みそ汁、果物</p>		<p>お弁当の日</p>										
				<p>揚げせんべい、牛乳</p>		<p>せんべい、牛乳</p>										
4	5 芒種 (ぼうしゅ)	6	7	8	9	10										
<p>【虫歯予防デー】</p> <p>平成26年度調査で福島の6歳児の約65%に虫歯があるとのことで全国ワースト1になってしまいました。乳歯が虫歯になると、これから一生使う永久歯にも影響が出てきます。磨き残しがないようお家の方のチェック大切です。良く見てあげてくださいね。</p>	<p>誕生会</p>	<p>体操教室</p>	<p>歯科検診 </p> <p>クラス懇談会 (ばら組)</p>	<p>クラス懇談会 (ひまわり・すみれ組)</p>	<p>クラス懇談会 (たんぼぼ組)</p>											
<p>せんべい、麦茶</p>	<p>ビスケット、麦茶</p>	<p>ポテトスナック、麦茶</p>	<p>せんべい、麦茶</p>	<p>ビスケット、麦茶</p>	<p>ヨーグルト</p>											
<p>三色そばろ丼 きゅうりともやしの酢の物 若竹汁、果物</p>	<p>ご飯 キャベツと豚肉のみそ炒め 春雨サラダ、澄まし汁 果物</p>	<p>ご飯、アジの香り焼き 根菜の煮物 みそ汁、果物</p>	<p>冷やしうどん 鶏肉のカレー揚げ フルーチェ</p>	<p>ご飯、肉豆腐 ほうれん草の胡麻和え みそ汁</p>	<p>お弁当の日</p>											
<p>誕生日会のケーキ、牛乳</p>	<p>白玉きな粉、牛乳 未満児⇒せんべい、牛乳</p>	<p>お好み焼き、牛乳</p>	<p>おにぎり、牛乳</p>	<p>サンドクラッカー、牛乳</p>	<p>せんべい、牛乳</p>											
11	12	13	14	15	16	17										
<p>【夏の花】</p> <p>紫陽花 (あじさい) 梅雨の頃に咲き始めます。一般に花と思われている部分は装飾花で、花びらのように見えるのは萼(がく)。土の酸性度によって花の色が変わり、一般には賛成が強いと青色、アルカリ性が強いと赤っぽくなります。“花言葉” 移り気、冷淡、辛抱強さ</p>	<p>防災訓練 (炊き出し訓練) クラス懇談会 (さくら2組)</p>	<p>体操教室</p>	<p>幸寿苑訪問 (年中・年長児)</p>	<p>集金日 クラス懇談会 (さくら1組)</p>	<p>身体測定 </p>											
	<p>せんべい、麦茶</p>	<p>ビスケット、麦茶</p>	<p>クラッカー、麦茶</p>	<p>せんべい、麦茶</p>	<p>ビスケット、麦茶</p>	<p>ヨーグルト</p>										
	<p>保育園の防災用備蓄品食料を利用した食事提供となります</p>	<p>ご飯、かじきの竜田揚げ 切干大根の胡麻和え みそ汁</p>	<p>豚丼 南瓜の煮物 みそ汁、果物</p>	<p>ご飯、厚揚げの炒め物 春雨サラダ みそ汁</p>	<p>おにぎり (7歳以上児) 鶏肉のマーマレード焼き みそ汁</p>	<p>お弁当の日</p>										
	<p>個人の避難リュックのおやつ</p>	<p>焼きそば、牛乳</p>	<p>ポップコーン、牛乳</p>	<p>ピザトースト、牛乳</p>	<p>せんべい、牛乳</p>	<p>せんべい、牛乳</p>										
18	19	20	21 夏至 (げし)	22	23	24										
<p>【おやつの由来】</p> <p>昔、当時の“やつ時”(現在の14時~16時頃)に間食(甘いものなど)を食べていたことから、そのうち“おやつ”と呼ばれるようになったとされています。</p> 		<p>体操教室 身体測定</p>			<p>内科検診</p>											
<p>せんべい、麦茶</p>	<p>ビスケット、麦茶</p>	<p>えんどうスナック、麦茶</p>	<p>せんべい、麦茶</p>	<p>ビスケット、麦茶</p>	<p>ヨーグルト</p>											
<p>ひやむぎ 豚肉と野菜のごま酢和え 果物</p>	<p>ご飯 豆腐と鶏肉のハンバーグ じゃが芋とツナの煮物 みそ汁</p>	<p>カレーライス 中華サラダ ジョア 1歳児⇒りんごジュース</p>	<p>ご飯、さばの味噌煮 南瓜のみそマヨ和え 澄まし汁</p>	<p>ひじきチャーハン ささみと野菜の和え物 みそ汁、果物</p>	<p>お弁当の日</p>											
<p>じゃが芋のチーズ焼き 牛乳</p>	<p>おからドーナツ、牛乳</p>	<p>アイス 1歳児⇒ヨーグルト</p>	<p>プリン、牛乳</p>	<p>こつぶっこ、牛乳</p>	<p>せんべい、牛乳</p>	<p>せんべい、牛乳</p>										
25	26	27	28	29	30											
<p>【旬の食材】</p> <p>これからの時期夏野菜が出回ってきますね。「旬」の物をたくさん食べてこれからの暑くなる夏を楽しくすごしましょう。</p> <p>野菜 ⇒とうもろこし、枝豆、茄子、オクラ、南瓜など 果物 ⇒スイカ、さくらんぼ、メロン、パイナップルなど</p>	<p>交通安全指導</p>	<p>体操教室</p>		<p>園外保育 (ほるる) (年少・年中・年長)</p>	<p>ハンバーガーを作ろう (以上児)</p>											
<p>ビスケット、麦茶</p>	<p>せんべい、麦茶</p>	<p>コーンスナック、麦茶</p>	<p>ビスケット、麦茶</p>	<p>ビスケット、麦茶</p>												
<p>ご飯、ささみフライ 納豆とコーンのソテー しじみ汁</p>	<p>ご飯 豚肉とピーマンの千切り炒め きゅうりとわかめの酢の物 なめこ汁</p>	<p>ご飯、焼き魚 肉じゃが みそ汁、果物</p>	<p>ご飯、鶏肉の胡麻みそ焼き 小松菜のおかか和え みそ汁</p>	<p>未満児⇒ご飯、ハンバーグ和え物 わかめスープ</p>												
<p>せんべい、ヨーグルト</p>	<p>ホットケーキ、牛乳</p>	<p>クッキー、牛乳</p>	<p>蒸しケーキ、牛乳</p>	<p>せんべい、牛乳 未満児⇒ジャムサンド、牛乳</p>												

※ 牛乳、卵などのアレルギーで除去食が必要な場合は、食品の除去又は、代替食品となります。
※ 行事や仕入れの都合により献立が変更になることがありますので予めご了承下さい。