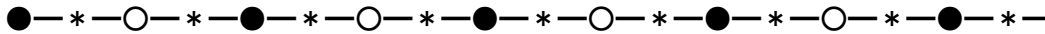


# 行事予定と献立 6月

2024.05.27  
認定こども園みゆき 栄養士 結城 由佳  
山上 幸津貴

日	ぎょうじ	ごはん	メニュー	午前おやつ	午後おやつ	
1	土	ほいくさんかび 保育参加日(1.2.4歳児) えんないせいそう 園内清掃(ワックスがけ)	ごはん	とりそぼろどん キャベツのしおこんぶづけ バナナ	セサミパイ	こまつなのむしパン
2	日					
3	月	はついくけいそく 発育計測	ごはん	さかなのチーズやき こまつなのソテー ウインナーとはくさいのスープ オレンジ	ヨーグルトあえ	ちんすこう
4	火	りトミック(1.4歳児)	うどん	にくみそあんかけうどん だいこんとささみのサラダ バナナ	わふうポテト	ちゅうかふうおこわ
5	水	えいご 英語あそび(4.5歳児)	ごはん	さかなのかぼやきふう わふうサラダ みそしる パインアップル	クラッカーピザ	ほうれんそうの ケーキ
6	木	ひなんぼうはんあんぜんしどう 避難防犯安全指導①	ごはん	れんこんハンバーグ ごぼうサラダ なめこじる オレンジ	やさしいジュース かんでん	たこボール
7	金	えほんかだ 絵本貸し出し ふとんも かえ 布団持ち帰り りトミック(0.5歳児)	むぎ ごはん	とりにくとじゃがいものかれーに ゆでブロッコリー すましじる バナナ	オレンジむしパン	マドレーヌ
8	土		おにぎり	しおやきそば もやしのあえもの オレンジ	ジャムサンド	アップルパイ
9	日					
10	月	ぞうめ炊き①	ごはん	さかなのわふうマヨネーズやき けんちんじる こまつなののりあえ バナナ	オレンジかんでん	おさつカップケーキ
11	火	りトミック(2.3歳児)	ごはん	ハッシュドビーフ あまずはくさいのかりかりじゃこのせ オレンジ	おさつごまやき	チーズケーキ
12	水	えいご 英語あそび(4.5歳児)	むぎ ごはん	さかなのつけやき ごもくきんぴら さつまじる パインアップル	チーズむしパン	あおりんごゼリー
13	木	こうつうあんぜんしどう 交通安全指導 いどうとしよ 移動図書(ぞう)	ごはん	からあげ ポテトサラダ ゆでブロッコリー みそしる バナナ	ピーナッツ クリームパン	おぐらカステラ
14	金	ふとん いるいも かえ 布団、衣類持ち帰り りトミック(1.4歳児)	ごはん	ちくぜんに なつとうのなめたけあえ すましじる オレンジ	わらびもち	じゃこマヨトースト
15	土	えんないせいそう 園内清掃(バルサン)	ごはん	ぎゅうにくとキャベツのいためもの さつまいものオープンやき バナナ	シュガーパイ	ブルーベリー マフィン
16	日					
17	月	ひなんぼうはんあんぜんしどう 避難防犯安全指導②	ごはん	タンドリーチキン スパゲティソテー ゆでブロッコリー コンソメスープ キウイフルーツ	きなこいり とうにゅうむしパン	フルーツポンチ
18	火		うめ ごはん	とうふのまりあげ かみかみあえ みそしる バナナ	カルシウムトースト	サブレ
19	水	えいご 英語あそび(4.5歳児)	ごはん	さかなのさざれやき いなかじる はくさいとほうれんそうのごまあえ パインアップル	グレープかんでん	マーラーカオ
20	木	せいきゅうしよはいふよてい 請求書配布予定 ほけんしよいくしどう 保健食育指導	むぎ ごはん	レバーのごまみそあえ じゃこサラダ かきたまじる オレンジ	かわりくずもち	おさつパイ
21	金	ふとんも かえ 布団持ち帰り なつまつぜんじつじゆんび 夏祭り前日準備	ごはん	ぶたにくとときのこのオイスターソースいため はるさめサラダ わかめスープ バナナ	ボンデケーキ	とうふドーナツ
22	土	なつまつり		*後日お知らせします*		どらやき
23	日					
24	月	こめた ぞう米炊き②	ごはん	たまごののやまやき こまつなのなめたけあえ とうふじる バナナ	さつまいもむしパン	とうにゅうの ババロア
25	火	りトミック(0.5歳児)	にんじん ごはん	さかなのあまずづけ きりぼしだいこんのにつけ きゅうりのおかかあえ みそしる オレンジ	りんごかんでん	ココアケーキ
26	水	えいご 英語あそび(4.5歳児)	むぎ ごはん	ぶたにくのしょうがやき かにすあえ ぐだくさんじる バナナ	もちもちパン	ゆでとうもろこし &ビスコ
27	木	たんじょうびかい 誕生日会 こうさふりかえび 口座振替日(JA)	コーン ピラフ	エビフライ マカロニサラダ ポトフ キウイフルーツ	あられふ	フレンチトースト
28	金	げっかんえほんも かえ 月刊絵本持ち帰り ふとんも かえ 布団持ち帰り りトミック(2.3歳児) えほんよき 絵本読み聞かせ(ぞう)	ごはん	プルコギ じゃがいものオープンやき とうふのちゅうかふうスープ パインアップル	とうにゅうくずもち	フルーツミックス ゼリー
29	土		ごはん	ちゅうかどん ちゅうかあえ オレンジ	カルシウムパイ	おから カップケーキ
30	日					

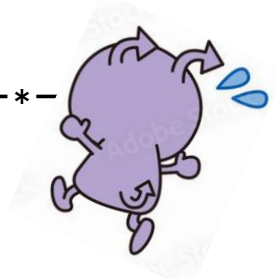
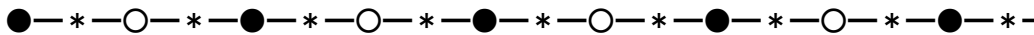
太陽の日差しがまぶしく感じられる今日この頃。季節は春から初夏へと移り変わろうとしています。子どもたちが育てているプランターの野菜も日に日に大きくなっています。これからやってくる雨の季節。子どもたちにとっては雨上がりの水たまり、泥んこあそびと楽しみが広がります。そして、植物には大切な雨。そんな自然の恵みの大切さを知り、この季節ならではの自然をしっかりと感じていきたいですね。日中は真夏のような太陽が出るかと思えば、朝晩は肌寒いこの季節。季節の変わり目は体温調節が難しく、体調も崩しやすい時期なので体調管理には十分気をつけましょう。



## ～よくかんで、しっかりたべよう～

6月の食育指導は「歯について(噛むこと)お話す予定です。よく噛むことで脳の満腹中枢が刺激されて「お腹がいっぱい」と感じるようになり、食べすぎを防ぎます。また、顎の筋肉を動かすので、顎回りの血管や神経が刺激され血流が良くなり脳の働きが活発になります。

よく噛むことで唾液がたくさんでると、唾液には口の中の食べカスを落とすくれたり虫歯から守ってくれたりする役割があります。また、唾液と食べ物が混ざることによって、舌にある味を感じる細胞に広く味を届けることができるので、より味わって食べることができます。



## 食中毒に気をつけよう！

これからは、じめじめとした日が多くなり食中毒の原因となる細菌が活動し始める時期です。

つけない



しっかり手洗い・器具は清潔に

ふやさない



調理したものは早めに食べよう

やっつける



十分な加熱

この3原則を守って、細菌による食中毒を予防しましょう。ご家庭でもご協力よろしくお願いします。

## ～保護者の皆さんに気をつけてほしいこと～

- ※水筒・スプーン・フォーク(3歳未満児はスタイ・お手拭など)は毎日洗い、よく乾燥させる
- ※水筒はプラスチックのものではなく、魔法瓶のものを使用する
- ※つめを短く切る(こどもも)
- ※水筒に入れるお茶は毎日その日のものを持参する
- ※水筒に入れるお茶は沸騰したものにする

