

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------|
| | | | | | |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 南山のそばろ煮・たまご・味噌汁 果物 牛乳 せんべい | 魚の照焼・春雨・かき揚げ汁 果物 牛乳 ういちはす | お餅の大豆かき・ぶどうジュレ 味噌汁・果物 牛乳 かし | 鮎豚・中華胡瓜・おからスープ 果物 牛乳 たばこ | かき揚げ揚げ・かき揚げの煮もの 味噌汁・果物 牛乳 ヨーヨー | 鶏肉の五目炒め・ごま和え 清汁・果物 牛乳 ワッシャー |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 肉じゃが・お豆腐・味噌汁 果物 牛乳 ビスケット | 魚の西京焼き・高野豆腐の煮もの そうめん汁・果物 牛乳 せんべい | 筑前煮・煮豆・清汁・果物 牛乳 ワッシャー | 鮎汁・中華胡瓜・味噌汁 果物 牛乳 ういちはす | 干菜卵・マカロニサラダ・清汁 果物 牛乳 ワッシャー | ミニトマト・シーザーサラダ おからのスープ・果物 牛乳 ビスケット |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 白身魚の揚げ・春雨・かき揚げ汁 清汁・果物 牛乳 たばこ | にら煮・うずら豆・味噌汁・果物 牛乳 かし | 鶏肉つくね焼き・南山の煮もの 中華スープ・果物 牛乳 せんべい | 煮魚・うのた・そうめん汁 果物 牛乳 ワッシャー | コロケ・スパゲティ・ぶどうジュレ オニオンスープ・果物 牛乳 ワッシャー | いけさし・ヨーヨー・かき揚げ汁 果物 牛乳 ヨーヨー |
| 27 | 28 | 29 | 30 | | |
| なすと豚肉の味噌炒め・胡瓜・しらたえ 清汁・果物 牛乳 ビスケット | チリカツ・ぶどうジュレ・お豆腐・かき揚げ汁 野菜スープ・果物 牛乳 ういちはす | 昭和の日 | 魚と野菜の中華煮・味噌汁 果物 牛乳 せんべい | | |

《 献立表について 》

- ◎上段：昼食おかず
- ※ 0歳児の赤ちゃんには、その日の材料を使って離乳食を作ります。
- ※ 3歳未満児の主食は、基本的に『麦ご飯』です。
- ◎下段：
- 【左】午前おやつ（3歳未満児）
- 【右】午後おやつ（全園児）

《 注意事項 》

- ◎土曜日以外は基本的に手作りおやつです。
- ◎めん類の時は、ご飯は少なめで結構です。
- ◎献立は、材料調達の都合等で変更する場合があります。
- ◎延長保育時、18:00以降には、牛乳・お菓子のおやつが出ます。



入園・進級おめでとうございます！

保育園給食について

子供が食を通して学ぶことはたくさんあります。特に保育園における手作り給食・おやつは、乳幼児にとって重要な栄養を持ちます。毎日の食事は、栄養を摂るということだけでなく、生活全般における大切な学びの場でもあります。

- ◎調理室から漂うおいしい匂いが食の関心を呼び食欲をかせぎます。
- ◎出来たての食事・家庭的な雰囲気を楽しむことができます。
- ◎楽しく食べることで、健康的な体づくりをします。
- ◎季節の行事で毎日変わる献立により、いろいろな味を経験し味覚の発達が進みます。
- ◎食事の手洗いうがい等、衛生面の重要性も学びます。



- ◎年齢組では配膳当番をすることにより自らおんご手伝うことを覚えます。
- ◎作る人・食べる人の顔がわかるのでお互い親しみを培う給食を楽しむことができます。
- ◎日々のお友達と食べることで、食事の楽しさやマナーを学ぶことができます。
- ◎お友達は肉・魚・野菜・果物等をいただき、好き嫌いなくお楽しみを味わうことができます。

3歳頃までの子どもは喉が狭く、乾燥した空気が気管に入ると体内の水分が蒸発し、喉が乾燥して痰が絡みやすくなります。また、乾燥した空気が気管に入ると、気管支炎の原因にもなることがあります。給食では、豆・たけなご類は控えることとしています。

