



6月 こんだてひょう



2024年度 光幼保園

月	火	水	木	金
3 ごはん あじの香味焼き 小松菜の昆布和え 豆腐のみそ汁 果物・牛乳 ビスケット お好み焼き	4 食パン とんかつ ポテトサラダ マカロニスープ 牛乳 バナナ ツナマヨおにぎり	5 弁当の日  手作りパン ヨーグルト	6 ごはん 海苔っこチキン 春雨の酢の物 切り干し大根のみそ汁 牛乳 マカロニきな粉 レーズン蒸しパン	7 ごはん カレイの西京焼き あらめのサラダ キャベツのすまし汁 牛乳 おしゃぶり昆布 塩せんべい
10 わかめごはん 鮭の南部焼き きんぴられんこん 小松菜のみそ汁 果物・牛乳 クラッカーサンド お麩ラスク	11 ごはん 高野豆腐の卵とじ 白菜のごま酢和え けんちん汁 牛乳 魚肉ソーセージ さつまいもパン	12 カレーライス チキンステーキ コールスローサラダ 果物 牛乳 カルシウムせんべい いちごクッキー	13 ツナとトマトのスパゲッティ たこさんウイナー キャベツの酢の物 かぼちゃのスープ 牛乳 りんごヨーグルト 五平餅	14 ごはん あじのパン粉焼き 大根とじゃこのサラダ なめこのみそ汁 牛乳 かぼちゃのおやき ココアくずもち
17 ごはん 鮭のコーンフレーク焼き わかめとカニカマの酢の物 かぼちゃのみそ汁 果物・牛乳 乾パン フライドポテト	18 ごはん 豚肉のみそ焼き キャベツともやしの炒め物 えのきのすまし汁 牛乳 りんご メープルトースト	19 食パン 鶏肉のチリソース ごぼうときゅうりのサラダ 中華スープ 果物・牛乳 クラッカー・いりこ 鮭おにぎり	20 キッズビビンバ 焼きじゃが もやしのナムル なすのみそ汁 牛乳 きな粉バナナ ホットケーキ	21 ごはん さばのごま照り焼き ほうれん草のコーン和え お麩のすまし汁 果物・牛乳 ふかし芋 みたらし団子
24 ゆかりごはん お魚ハンバーグ パスタサラダ コンソメスープ 牛乳 チーズ 黒糖蒸しパン	25 ごはん 豆腐ステーキ きゅうりの酢の物 じゃが芋のみそ汁 果物・牛乳 大根の煮物 梅おかかおにぎり	26 ごはん ミートオムレツ チンゲン菜のお浸し 根菜のすまし汁 牛乳 レーズンパン フルーツポンチ	27 たぬきうどん 焼き鮭 ピーマンとひじきの炒め物 果物 牛乳 粉ふき芋 かぼちゃ豆腐パン	28 誕生日メニュー ホットドック ささみフリッター レタスとトマトのサラダ 野菜スープ ミニケーキ・牛乳 するめ チーズ昆布おにぎり



6月は食育月間です



「食育月間」は、豊かな人間性を育み、生きる力を身につけることを目標に設けられました。

「朝ごはんは元気のもと」「食べ物が食卓に届くまで」を知り、「ごはんを作ってみよう」「いただきますで楽しい食卓」を実践してみましょ。また食に関わる絵本を読んだり、親子で料理を楽しんだりして、6月にはぜひご家庭でも、食に関心をもつための取り組みをしてみてください。



食育 幼児向けの絵本



キャベツをざくつ トマトをすぱっ。子どもたちがよく知っている野菜がテーマのしかけ絵本。リズムカルなことばにあわせてしかけ扉をめくると、野菜の切り口が登場します。



※ひよこ・りす・うさぎ組には、

午前のおやつもつきます。

※上段が午前おやつ、

下段が午後おやつです。

6月1日は牛乳の日!

2001年、国連食糧農業機関 (FAO) は牛乳への関心を高め、酪農・乳業の仕事をする多くの方に知ってもらうことを目的に、6月1日を「世界牛乳の日 (World Milk Day)」と決めました。これにちなんで日本でも 2008年から毎年6月1日を「牛乳の日」、6月を「牛乳月間」としています。

