



日曜	行事予定	給食献立	カロリー	おやつ			
				午前 (牛乳は毎日)	離乳期のおやつ	午後 (ミルクは毎日)	離乳期のおやつ
1 土	すずらん組参観日・希望保育	焼きうどん・茹でブロッコリー・バナナ	196kcal	焼きポテト		居残り(米粉のガトーショコラ)	
2 日							
3 月		魚のケチャップあんかけ・かぼちゃのきんぴら・バナナ	381kcal	レモン寒天		りんご蒸しパン	
4 火	体育遊び	ビビンバ・きゅうりとツナのサラダ・オレンジ	368kcal	チーズビスケット		スパゲティ	うどん
5 水	わくわくひろば	若鶏の中華風炒め・オクラのマヨネーズかけ・パインアップル	317kcal	きび砂糖パン		ヨーグルト(みかん缶・アロエ)	ヨーグルト(みかん缶・バナナ)
6 木	もも組クッキング・さくら組スイミング	冷やし中華そば・かえりの佃煮・バナナ	319kcal	にんじんのおかか和え		ココナッツラスク	
7 金	布団・シーツ交換日	豚肉のソース煮・短冊サラダ・茹でそら豆・キウイフルーツ	341kcal	クリームカナッペ		さつまいもパイ	
8 土	もも組参観日・希望保育	すき焼き風煮・小松菜のごま和え・パインアップル	380kcal	バナナ		居残り(フルーツポンチ)	
9 日							
10 月		カレーコロッケ・茹でキャベツ・ひじきの煮付け・オレンジ	469kcal	塩もみきゅうり		シスコークッキー	クッキー
11 火	ちゅうりっぷ組クッキング	さばの味噌煮・じゃことピーマンのしょうゆ炒り・かぼちゃの甘煮・キウイフルーツ	365kcal	蒸しパン		いなり寿司	おにぎり
12 水		鶏肉とお麩の治部煮・納豆の磯和え・かに酢和え・バナナ	337kcal	フルーツポンチ		サンドウィッチ	
13 木		魚の中華ソースかけ・さつまいもサラダ・パインアップル	451kcal	きな粉スナッ麩		ヨーグルト(黄桃缶・カルピス)	
14 金	すずらん組クッキング・布団・シーツ交換日	卵の五目焼き・ほうれん草と春雨のサラダ・バナナ	377kcal	和風トースト		いもち	
15 土	ちゅうりっぷ組参観日・希望保育	ポークポテト・アスパラガスのごまマヨ和え・オレンジ	338kcal	バナナ		居残り(シュガーかぼちゃ)	

今が旬メニュー

7月の行事予定

- | | |
|---------------------------------------|-----------------|
| 3日(水) わくわくひろば | 4日(木) さくら組スイミング |
| 5日(金) 太鼓指導日 | 9日(火) 体育遊び |
| 11日(木) さくら組スイミング | 16日(火) 明細書配布 |
| 17日(水) 誕生会 | 18日(木) 夏まつりごっこ |
| 23日(火) 体育遊び | 25日(木) 口座引落し |
| 26日(金) さくら組お泊り会 | 尿検査(未検者・新入児) |
| 27日(土) さくら組お泊り会明けの為9:00までにお迎えをお願いします。 | |

- ※毎週金曜日 布団持ち帰り
 ※毎週土曜日 希望保育
 ※8月の希望保育 3日(土)10日(土)24日(土)31日(土)
 お盆 13日(火)14日(水)15日(木)

参観日について

参観日を予定しております。子どもとしっかり触れ合い、楽しいひとときを過ごしてください。
 登園時間は9:20までです。保護者の方は、参観開始時間に合わせていらしてください。
 靴は、子どもの靴箱または空きスペースに入れてください。

すずらん組

日時: 6月1日(土) 10:00~
 場所: ひまわり組保育室
 すずらん組保育室
 内容: 親子で体を動かそう!
 忍者ダンス
 駐車場: 園庭
 ※すずらん組前に名前を貼りだしています。
 それぞれの保育室に分かれてください。

もも組

日時: 6月8日(土) 10:00~
 場所: もも組保育室
 1Fホール
 内容: 新聞紙で遊ぼう
 駐車場: 園庭
 ※保護者の方は9:55まで
 1Fホールでお待ちください。

ちゅうりっぷ組

日時: 6月15日(土) 10:00~
 場所: ちゅうりっぷ組保育室
 1Fホール
 内容: 低月齢 ボールで遊ぼう
 体を動かそう
 駐車場: 園庭
 ※保護者の方は9:55まで
 1Fホールでお待ちください。

注意事項

- 人数制限はいたしません。小学生はご遠慮ください。
- 動きやすい服装でお越しください。
- ビデオ・カメラの撮影はご遠慮ください。



6月行事予定・献立

日 曜	行 事 予 定	給 食 献 立	カロリー	お や つ			
				午前 (牛乳は毎日)	離乳期のおやつ	午後 (ミルクは毎日)	離乳期のおやつ
16 日							
17 月	明細書配布	焼魚・きのこ厚揚げの旨煮・パインアップル	301kcal	オレンジ		豆乳パンケーキ	
18 火	体育遊び・さくら組クッキング・ノー菓子デー	夏野菜カレー・中華和え・オレンジ	384kcal	クッキー		春巻き	
19 水		卵とじ・酢みそ和え・バナナ	334kcal	ぶどう寒天		海苔チーズトースト	
20 木	さくら組スイミング	鶏肉の照り焼き・きゅうりと大根のごま和え・粉ふきいも・パインアップル	289kcal	シュガーパイ		たこボール	おにくボール
21 金	太鼓指導日・布団・シーツ交換日	アスパラとベーコンのクリームパスタ・スティックきゅうり・オレンジ	307kcal	ラスク		ヨーグルト (パイン缶・寒天)	ヨーグルト (みかん缶・寒天)
22 土	希望保育・にこにこひろば	麻婆豆腐・キャベツのレモン酢和え・キウイフルーツ	370kcal	オクラのごま和え		居残り (フライドポテト)	
23 日							
24 月	ひまわり組クッキング	和風ハンバーグ・ナムル風・にんじんの甘煮・バナナ	373kcal	パインアップル	オレンジ	大学かぼちゃ	
25 火	誕生会・口座引落とし	ピラフ・魚のオーロラソース焼き・くし形トマト・ハンパンジー・パインアップル	407kcal	ホットケーキ		ココアムース・ア・ラ・モード	
26 水	わくわくひろば	豚肉の生姜焼き・ケチャップ炒め・キウイフルーツ	409kcal	スティックおさつ		黒糖ちんすこう	
27 木		焼肉・オクラの和え物・バナナ	353kcal	ジャムサンド		わかめうどん	
28 金	布団・シーツ交換日	梅チキン・アスパラとじゃがいものソテー・オレンジ	358kcal	ツナクラッカー		バナナトースト	
29 土	希望保育	中華丼・なすときゅうりの酢のもの・パインアップル	339kcal	シュガートマト		居残り (寒天)	
30 日							

355kcal

4日(火) きゅうりとツナのサラダ

きゅうりは水分が多いイメージですが、栄養もしっかりと含まれています。ビタミンKが豊富で、骨を丈夫にし止血をサポートする効果があります。また、ビタミンCも多く、日焼け防止やストレス、風邪に対する抵抗力を強める働きがあります。

(きゅうりとズッキーニの違い)

栄養面で大きな差はありませんが、ズッキーニは皮が硬く、加熱料理や油との相性が良い野菜です。きゅうりはサラダや漬物に向いており、生食することでビタミンCも効率よく摂取できます。



熱中症予防

ジリジリと真夏を思わせる太陽の日差しが出るかと思えば、朝夕は、肌寒さを感じることも。気まぐれなお天気です。子ども達は、額に汗を光らせながら砂場で山を作ったり滑り台を繰り返したり登ったり滑ったりしながら遊んでいます。テントで陰を作り、外遊びの時間を制限したりしています。引き続き対策を行いながら活動していきます。

水筒のお茶の量を増やしてください。

「喉が渴いた！」と活動の合間にお茶を飲む機会が増えています。

多めに準備してください。

暑くなってきたからと、氷を入れたり冷たくするとガブガブ飲みすぎ、胃腸を壊す原因になりますので、気を付けてください。

着替えを多めに準備してください。

汗をかいたり、汚れた時は着替えています。

ビニール袋・着替えをロッカーにに入れておいてください。



お知らせとお願い

カギについて

- ・鍵の開閉は必ず大人がしてください。
- ・南門・東門にはかんぬき錠がついています。かんぬき錠もその都度開閉するようにしてください。子どもの飛び出しを防止するために設置しておりますのでご協力よろしくお願ひいたします。
- ・保育教諭 高橋のどか 結婚して佐藤のどかになりました。
- ・行事等、メールでお知らせすることが増えていきます。こまめにチェックをお願いいたします。見られましたら、必ず開封通知受付を押してください。

