



よていこんだてひょう



たっこんどもえん 以上児

月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
レタススープ 肉団子 春雨の中華和え ヨーグルト	ほうれん草のみそ汁 肉じゃが オレンジ	せんべい汁 ウインナー トマトともやしの和風サラダ ゼリー	ナスとひき肉のカレー マカロニサラダ ヨーグルト	納豆汁 タラの野菜あんかけ ブロッコリーのゆかり和え ゼリー	焼肉丼 ヨーグルト 麦茶
せんべい・牛乳	メープルトースト・牛乳	クッキー・牛乳	ココアケーキ・牛乳	スイートポテト・麦茶	
9	10	11	12 おにぎりの日🍙	13	14
豆腐としいたけのスープ グリルドポーク かぼちゃサラダ ヨーグルト	親子煮 わかめのごま和え ゼリー	かぶのスープ ハムカツ カリフラワーとアスパラのマヨサラダ オレンジ	根菜ポトフ パスタサラダ ヨーグルト	わかめのみそ汁 赤魚煮 キャベツの甘酢和え ゼリー	希望保育
ビスケット・牛乳	金時豆ケーキ・牛乳	お麩のラスク・牛乳	ジャムサンド・牛乳	せんべい・牛乳	
16	17 誕生会🎂	18	19	20	21
ニラ玉スープ コロッケ すき昆布の炒め煮 オレンジ	コーンピラフ ミネストローネ コーンフレークチキン きゅうりとツナのサラダ アイス	玉ねぎとしめじのみそ汁 鶏肉と大根の甘辛煮 カニカマときゅうりのポン酢和え ゼリー	大根のみそ汁 焼鮭 ひじきとがんもの炒め煮 ヨーグルト	小松菜とお麩のすまし汁 厚揚げとそぼろの煮物 レンコンのシャキシャキ和え オレンジ	ミートソースパスタ ゼリー 麦茶
カスタードケーキ・牛乳	プリンアラモード・麦茶	せんべい・牛乳	なべやき・牛乳	クッキー・牛乳	
23	24	25	26 ヤッホークラブ	27	28
なめこ汁 豚カツ キャベツとほうれん草の磯和え ゼリー	カレーシチュー フルーツヨーグルト	ほうれん草と豆腐のスープ 焼売 バンバンジー オレンジ	白菜のみそ汁 サバの味噌煮 ポテトサラダ ヨーグルト	コンソメスープ 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのサラダ ゼリー	希望保育
せんべい・牛乳	ピザ風トースト・牛乳	ビスケット・牛乳	源氏パイ・牛乳	ウインナーサンド・牛乳	
30					
マーボー豆腐 春雨の酢の物 ヨーグルト					
ミニパン・牛乳					

6月の予定栄養摂取量

エネルギー	429kcal
タンパク質	20.6g
脂質	17.5g
塩分	1.9g



6月の行事予定

12日(木) おにぎりの日 🍙
※お家からのおにぎりをお願いします

17日(火) 誕生会 🎂
※お家からのご飯はいりませんよ

26日は
ヤッホークラブです！
お楽しみに♪





よていこんだてひょう



たっこんこどもえん 未満児

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
ポーロ	ウエハース	チーズ	せんべい	ビスケット	ウエハース
ごはん レタススープ 肉団子 春雨の中華和え ヨーグルト	ごはん ほうれん草のみそ汁 肉じゃが オレンジ	ごはん せんべい汁 ウインナー トマトともやしの和風サラダ ゼリー	ごはん ナスとひき肉のカレー マカロニサラダ ヨーグルト	ごはん 納豆汁 タラの野菜あんかけ ブロッコリーのゆかり和え ゼリー	焼肉丼 ヨーグルト 麦茶
せんべい・牛乳	メープルトースト・牛乳	クッキー・牛乳	ココアケーキ・牛乳	スイートポテト・麦茶	
9	10	11	12	13	14
チーズ	せんべい	ウエハース	ビスケット	ポーロ	希望保育 
ごはん 豆腐としいたけのスープ グリルドポーク かぼちゃサラダ ヨーグルト	ごはん 親子煮 わかめのごま和え ゼリー	ごはん かぶのスープ ハムカツ カリフラワーとアスパラのマヨサラダ オレンジ	おにぎり 根菜ポトフ パスタサラダ ヨーグルト	ごはん わかめのみそ汁 赤魚煮 キャベツの甘酢和え ゼリー	
ビスケット・牛乳	金時豆ケーキ・牛乳	お麩のラスク・牛乳	ジャムサンド・牛乳	せんべい・牛乳	
16	17	18	19	20	21
ウエハース	ポーロ	ビスケット	せんべい	チーズ	ウエハース
ごはん ニラ玉スープ コロッケ すき昆布の炒め煮 オレンジ	コーンピラフ ミネストローネ コーンフレークチキン きゅうりとツナのサラダ アイス	ごはん 玉ねぎとしめじのみそ汁 鶏肉と大根の甘辛煮 カニカマときゅうりのポン酢和え ゼリー	ごはん 大根のみそ汁 焼鮭 ひじきとがんもの炒め煮 ヨーグルト	ごはん 小松菜とお麩のすまし汁 厚揚げとそぼろの煮物 レンコンのシャキシャキ和え オレンジ	ミートソースパスタ ゼリー 麦茶
カスタードケーキ・牛乳	プリンアラモード・麦茶	せんべい・牛乳	なべやき・牛乳	クッキー・牛乳	
23	24	25	26	27	28
ビスケット	せんべい	チーズ	ウエハース	ポーロ	希望保育 
ごはん なめこ汁 豚カツ キャベツとほうれん草の磯和え ゼリー	ごはん カレーシチュー フルーツヨーグルト	ごはん ほうれん草と豆腐のスープ 焼売 バンバンジー オレンジ	ごはん 白菜のみそ汁 サバの味噌煮 ポテトサラダ ヨーグルト	ごはん コンソメスープ 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのサラダ ゼリー	
せんべい・牛乳	ピザ風トースト・牛乳	ビスケット・牛乳	源氏パイ・牛乳	ウインナーサンド・牛乳	

30
ビスケット
ごはん マーボー豆腐 春雨の酢の物 ヨーグルト
ミニパン・牛乳

6月の
予定栄養
摂取量

エネルギー	520kcal
タンパク質	19.7g
脂質	15.1g
塩分	1.6g

※水分補給、
虫歯予防に麦茶が出ています。



初夏も訪れ、まもなく梅雨の季節になりますね。

この時期は気温が上がり蒸し暑くなり、食中毒が最も発生しやすくなります。食中毒を防ぐためには「菌を付けない(手を洗う)・増やさない(低温で保存するなど)・やっつける(中心部までしっかり加熱する)」ですが最近、「持ち込まない」ことも大切と言われています。最近では様々な感染症も流行し、衛生管理がますます大切と言われています。ひとり一人が注意して、対策をしていきましょうね。

「歯」について考えよう



6月4日～10日は歯と口の健康週間です。おいしく食事をいただくためにも、歯はとても大切。この機会に、親子で口の中や歯について考え、話してみましょ。歯磨きの大切さを実感できると思いますよ。



乳歯の虫歯は 要注意

「乳歯が虫歯になっても、生え変わるから大丈夫」と思っていないですか。でも乳歯が虫歯になると、歯の噛み合わせや歯並びなど、さまざまな影響が出てきます。



うまくかめなくなり、十分な栄養がとれない。



永久歯の歯並びに、影響する。



かむ回数が減り、唾液も減るので、さらに虫歯のリスクが高まる。



歯ぐきにまで細菌が入り、永久歯が、変色や虫歯の状態で生えてくる。

一口あたり
20～30回噛んでみよう♪



細菌の繁殖する時期でもあります。水筒、おしぼり、お弁当（フタにゴムがついている方はゴムも）、お箸セットを観察の上、良く洗い、殺菌、消毒をしてくださいますようよろしくお願いいたします。

