

6 えんだより

今月の目標

遊んだ後は、手足をきれいに洗いましょう。

身近な小動物に触れたり、飼ったりしてみましょう。

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	6/1 さつまいも苗植え 内科検診	2 避難訓練 きんもくせい	3 えいごであそぼ! 年中 歯科検診 役員会	4 希望保育
5	6 誕生会	7 田植え	8 郡保育研究委員会 (笹本出張)	9	10 えいごであそぼ! 年長	11
12	13	14 中塚先生来園	15 おはなしくらぶ 郡給食研究委員会 (岡部出張)	16 きんもくせい 年少発育測定	17 年少体験参観日 園便り発行	18
19	20 年中発育測定	21 年長発育測定	22 郡主任保育士会 (宮島出張) 未満児発育測定	23 プール開き	24 えいごであそぼ! 年少	25
26	27	28	29	30 きんもくせい	7/1 えいごであそぼ! 年長 役員会	2 ↓

おしらせとおねがい

※6月17日(金)に年少の参観日を予定しています。詳細につきましては後日クラスよりお便りが出ます。

コロナの感染状況によっては中止になる場合もあります。

※おはなしくらぶの日には、絵本のおみせかせボランティアグループ「はっぴいぶれぜんと」の皆さんが来園し、以上児を中心に絵本の読み聞かせをして下さいます。

※1日に内科検診(後藤先生)・3日に歯科検診(小林先生)が行われます。気にかかることがありましたら担任へお話しください。また、両日はおやつが少し遅くなりそうです。3時15分前に降園を希望される場合は担任までお願いします。



6月 こんだてひょう



認定こども園ぱどま

日	曜日	行事	未満児おやつ	主食	おかず	使われている材料	おやつ	栄養価			
								エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分 g
1	水	内科検診	ミニゼリー クラッカー	ご飯	豆腐の煮しハンバーグ わかめ和え すまし汁	豚挽肉、豆腐、人参、玉葱、卵、パン粉、ソース、他 キャベツ、きゅうり、塩わかめ かつお節、白はんぺん、なると、干わかめ、玉葱、他	おからドーナッツ 麦茶	280 12.2	(404) (10.3)	11.9 1.5	(12.7) (1.2)
2	木	避難訓練	うどん	苜クリーム サンドパン	シーチキンサラダ 五目スープ バナナ	シーチキン、人参、きゅうり、セロリー、コーン、他 ベーコン、じゃが芋、玉葱、豆腐、えのき、葱、他	コアアプラス 棒ビスケット	280 9.5	(371) (9.4)	11.7 1.3	(13.5) (1.4)
3	金	歯科検診 えいごであそぼ!	卵ボーロ 麦茶	ご飯	鶏のから揚げ レタス かきたま汁	鶏肉、醤油、みりん、生姜、片栗粉、油 レタス、塩 かつお節、卵、小松菜、葱、えのき、人参、玉葱、塩、醤油、他	クラッカーサンド 牛乳	430 23.1	(428) (13.3)	21.3 1	(14.8) (0.9)
4	土			ご飯	三色ご飯 オレンジ			204 8.4	(165) (5.1)	9.1 0.5	(7.4) (0.4)
5	日										
6	月	誕生会	ビスケット 飲むヨーグルト	ご飯	シーフードピラフ 味噌ドレッシングサラダ 中華スープ ミニゼリー	イカ、エビ、玉葱、人参、バター、えのき、ピーマン、他 ハム、キャベツ、きゅうり、人参、玉葱、酢、味噌、油、砂糖 玉葱、人参、絹ごし豆腐、ほうれん草、もやし、干わかめ、他 ミニゼリー	ロックウッキー 牛乳	426 17.5	(536) (13.1)	18.1 1.7	(18.1) (1.4)
7	火		卵ボーロ 牛乳	ねじりパン	ミートボール レタス ミルクスープ	豚挽肉、7玉葱、卵、パン粉、ケチャップ、ソース、砂糖、塩 レタス、塩 スキムミルク、生クリーム、牛乳、クリームコーン、玉葱、他	カルピスポンテ	405 17.7	(490) (18.2)	15.9 1.1	(18.9) (1.4)
8	水		フルーチェ	ご飯	カレー肉じゃが 味噌和え オレンジ	豚肉、人参、玉葱、じゃが芋、カレー粉、コンソメ、かつお節、他 ほうれん草、もやし、人参、海苔佃煮、ひじき	シュガーラスク 牛乳	392 16.1	(440) (12.0)	16.2 1.5	(14.7) (1.1)
9	木		クラッカー ミニゼリー	パンパン	変わりローストチキン 台湾風和え物 牛乳	鶏肉、玉葱、にんにく、生姜、醤油、酒、ケチャップ、ソース ハム、人参、にら、もやし、小女子、醤油、酢、胡麻油、他	ビスケット オレンジジュース	421 19.2	(355) (11.4)	21.6 1.2	(15.0) (1.4)
10	金	えいごであそぼ!	かぼちゃマッシュ 麦茶	ご飯	鶏の照り焼き 三色お浸し ワンタンスープ	鶏、生姜、砂糖、みりん、醤油 ほうれん草、人参、もやし、かつお節、醤油	ジャム蒸しパン 牛乳	494 23.5	(501) (14.7)	24 1.6	(17.4) (1.0)
11	土			麺	冷やしうどん クラッシュゼリー	豚肉、玉葱、人参、さきげ、茄子、干らどん、醤油、他 かんてんばば		264 3.2	(209) (2.7)	8.1 2	(6.2) (1.5)
12	日										
13	月		サンドパン 牛乳	ご飯	豚肉の生姜焼き ゆかり和え なめこ汁	豚肉、生姜、にんにく、醤油、酒、みりん、玉葱 キャベツ、きゅうり、ゆかり 煮干し、玉葱、人参、じゃが芋、豆腐、なめこ、干わかめ、他	牛乳かん	216 7	(398) (10.5)	14.5 1.1	(18.7) (1.3)
14	火		リゾット	チョコサンドパン	魚の酢豚 わかめスープ バナナ	マンダイ、生姜、じゃが芋、人参、玉葱、干椎茸、竹の子、他 人参、玉葱、豆腐、もやし、干わかめ、コーン、胡麻、他	カaramelホットケーキ 牛乳	495 19	(511) (15.1)	18.9 1.4	(16.9) (1.6)
15	水	おはなしくらぶ	コーンフレーク 牛乳	ご飯	鶏肉の生姜焼き ゆかり和え なめこ汁	鶏肉、生姜、にんにく、醤油、酒、みりん、玉葱 キャベツ、きゅうり、ゆかり 煮干し、玉葱、人参、じゃが芋、豆腐、なめこ、干わかめ、他	マカロン 麦茶	358 16.1	(529) (18.7)	15.8 1.4	(18.6) (1.4)
16	木		ヨーグルト	ベーグル	鶏のマヨネーズ焼き ミックススープ グレープフルーツ	鶏、玉葱、人参、しめじ、えのき、ピーマン、マヨネーズ、他 ミックスベジタブル、玉葱、じゃが芋、豆腐、コンソメ、塩、胡椒 グレープフルーツ	マカロン安倍川 牛乳	344 13.9	(340) (8.0)	20.8 0.8	(18.0) (1.1)
17	金	園便り 年少体験参観日	卵ボーロ 麦茶	ご飯	マーボー豆腐 フレンチサラダ バナナ	豚挽肉、玉葱、人参、豆腐、にら、干椎茸、生姜、にんにく、他 キャベツ、きゅうり、みかん缶、油、酢、塩、砂糖	ゼリー 棒ビスケット	318 12.5	(439) (10.9)	10.2 1.5	(11.3) (1.3)
18	土			麺	冷麦 オレンジ	豚肉、玉葱、人参、茄子、さきげ、油揚げ、みりん、醤油、他		209 2.8	(167) (2.3)	8.9 1.9	(7.0) (1.6)
19	日										
20	月		飲むゼリー	ご飯	醤油ラーメン イカ室サラダ ふりかけ オレンジ	干中華麺、豚肉、人参、玉葱、もやし、ほうれん草、コーン、他 キャベツ、人参、きゅうり、いかくん、砂糖、胡麻油、醤油、他	じゃがバター 牛乳	361 13.7	(429) (9.1)	16.7 1.7	(13.9) (1.1)
21	火		クラッカー 牛乳	ブルーベリージャム サンドパン	竹輪のチーズ揚げ (0-1歳児かき揚げ) 野菜ソテー 春雨スープ	竹輪、チーズ、小麦粉、卵、油、胡麻 竹輪、玉葱、小麦粉、醤油、砂糖、かつお節 人参、コーン、キャベツ、もやし、コンソメ、塩、胡椒 ベーコン、春巻、人参、小松菜、豆腐、えのき、葱、他	アップルポンテ	337 11.8	(414) (11.4)	12 1.7	(13.5) (1.7)
22	水		煎餅 牛乳	ご飯	切干大根とひじきの炒め煮 ナムル バナナ	豚肉、ひじき、切干大根、人参、油揚げ、鶏胸、他 もやし、きゅうり、人参、干わかめ、ほうれん草、胡麻、他	カルシウムトースト 麦茶	288 18.2	(417) (11.1)	13.4 1.6	(15.3) (1.3)
23	木	プール開き	ビスケット ミニゼリー	ソフトフランスパン	コーンシユウ 中華サラダ メロン	玉葱、人参、じゃが芋、鶏肉、牛乳、バタースキムミルク、他 ハム、春雨、人参、もやし、きゅうり、砂糖、胡麻油、他	きつねおにぎり 麦茶	475 13.1	(509) (11.4)	16 1.9	(16.3) (1.8)
24	金		茹で卵 牛乳	ご飯	魚のレモン煮 コーンキャベツ 五目汁	マンダイ、片栗粉、醤油、砂糖、レモン、油 キャベツ、コーン、酢、塩、胡椒、油 かつお節、人参、玉葱、じゃが芋、大根、他	ブルーヨーグルト 棒ビスケット	241 7	(441) (9.7)	15.1 1.2	(18.1) (0.9)
25	土			麺	焼きそば バナナ	豚肉、玉葱、人参、ピーマン、キャベツ、ソース、コンソメ、他		244 4.8	(203) (3.9)	8.1 1.2	(6.7) (1.0)
26	日										
27	月		カップゼリー	ナン	カレー ドレッシングサラダ オレンジ	豚肉、玉葱、スキムミルク、カレー粉、じゃが芋、人参、他 ハム、キャベツ、きゅうり、人参、玉葱、酢、醤油、油、砂糖 オレンジ	スペシャルクッキーサンド 牛乳	473 19.1	(428) (13.6)	18.2 2	(15.4) (2.1)
28	火		卵ボーロ 牛乳	レーズンパン	ゆで豚のサラダ 中華風コンソメスープ バナナ	豚肉、人参、きゅうり、レタス、もやし、胡麻、胡麻油、他 玉葱、人参、コーン、クリームコーン、卵、チンゲンサイ、他	あじさいヨーグルト	284 11	(408) (13.5)	15.8 1.4	(18.3) (1.4)
29	水		クラッカーサンド 麦茶	ご飯	レバーの胡麻醤油味 塩もみ野菜 味噌汁	豚レバー、生姜、醤油、酒、片栗粉、胡麻、砂糖、他 キャベツ、きゅうり、塩 煮干し、玉葱、人参、豆腐、じゃが芋、小松菜、他	ピザ蒸しパン 牛乳	483 23	(518) (17.0)	24.4 2	(20.6) (1.7)
30	木		ビスケット 飲むヨーグルト	コッペパン	ミートスパゲッティ グリーンサラダ 牛乳	豚挽肉、えのき、玉葱、人参、ケチャップ、コンソメ、他 レタス、きゅうり、セロリー、トマト、油、酢、塩、砂糖	ホイップ和え	491 20.3	(528) (16.2)	14.5 1	(15.8) (1.3)

* 都合により数値を変更する場合があります。

	エネルギー(kcal)	蛋白質(g)	脂 質(g)	カルシウム(mg)	塩 分(g)
山 上 部 (昼 後 食)	319	15~18	12~16	240	1.9
中 部 (昼 食)	378	16.7	15.5	253	1.5
下 部 (昼 前 食)	470	14~22	10~15	220	1.6
(日 間 平 均 値)	419	16.1	12.9	232	1.6