



* 6月生まれのお友達お誕生日おめでとう！！
 今月のお誕生日会は18日です。

* 未満児 10時:ヤクルト 3時:牛乳
 * 以上児 3時:スキムミルク

日	曜	献立	10時のおやつ	3時のおやつ
1	土	愛児弁当	菓子	菓子
3	月	のっぺい汁・チーズサラダ・果物	菓子	菓子
4	火	ハモの変わり揚げ・温野菜・味噌汁	菓子	ぜんざい
5	水	肉みそうどん・茎わかめの炒め煮・納豆	魚肉ソーセージ	マシュマロバー
6	木	すき煮・わいわいサラダ・冷奴	果物	焼きそば
7	金	鶏肉と春雨の中華炒め・かき玉汁	菓子	ポパイ団子
8	土	親子煮・汁	菓子	菓子
10	月	カレー汁・ごぼうとコーンサラダ・果物	菓子	カシュナッツクッキー
11	火	コロッケ・温野菜・味噌汁	魚肉ソーセージ	バナナ
12	水	スパサラ・ひじき炒め・納豆	菓子	チーズ・菓子
13	木	炒り豆腐・わかめのナムル	果物	ソーメン汁
14	金	つくねバーグ・サラダ・オニオンスープ	菓子	ミルクくずもち
15	土	保育参観(パン・牛乳)	菓子	
17	月	マーボ豆腐・小松菜サラダ・果物	菓子	菓子
⑱	火	チキンライス・スープ・ウィンナー・ポテト・サラダ・ゼリー	菓子	マドレーヌケーキ
19	水	鶏肉のレモン煮・温野菜・味噌汁	菓子	セルフドック (食育の日)
20	木	鮭の塩焼き・煮なます・豆腐汁	果物	天平
21	金	五目ビーフン・青梗菜のスープ	菓子	ヨーグルトスコーン
22	土	愛児弁当	菓子	菓子
24	月	クリームシチュー・中華風和え物	菓子	マカロニ黄粉
25	火	かき揚げ・温野菜・味噌汁	魚肉ソーセージ	おにぎり
26	水	和風スパ・レバニラ・納豆	菓子	いりこ・菓子
27	木	鯖の味噌煮・海藻サラダ・豆腐汁	果物	ヨーグルト
28	金	酢豚・中華風コーンスープ	菓子	蒸しパン
29	土	肉じゃが・ナムル	菓子	菓子



もうすぐジメジメとした梅雨の季節を迎えます。
 この時期は、気温、湿度ともに高くなり、体調を崩しやすくなります。
 こまめに水分補給をして、栄養バランスのよい食事を心がけましょう。
 また、湿度が高くなると心配なのが『食中毒』です。
 手洗いをしっかり行い、「十分に加熱をする」「出来たらすぐに食べる」
 「冷蔵庫で保存する」など、
 食品管理に十分に気を付け食中毒を予防しましょう。

