



6月献立表

令和元年6月1日 社会福祉法人三心会 豊間根保育園



よく噛んで食べよう

6月4日～10日は虫歯予防デーです。よく噛むことは、唾液の分泌を促進します。唾液には、虫歯予防・消化を助ける・脳の働きを活性化させて集中力や記憶力をアップする効果があります。噛み応えのあるもの等をよく噛んで食べることを心がけましょう。



山田町とオランダのお話

1643年6月10日にオランダのプレスケンス号が山田湾に浮かぶ大島に漂着しました。当時の日本は外国との交流を断っていましたが、山田町の人々は、オランダ人に対して水や食料を分けました。このことがきっかけで山田町とオランダの交流が始まり、大島を別名オランダ島と呼ぶようになったと言われています。現在でも交流は続いています。

11日にはオランダ料理をアレンジした献立を提供予定です。



6月22日(土) まつぼっくり組保育参観はご飯、お箸、おしぼりセットの準備をお願いします。

6月29日(土) どんぐり組保育参観はお箸、おしぼりセットの準備をお願いします。



親子昼食会を予定しています。

※25日(火)は誕生会ですので、ご飯はいりません。

※お箸・おしぼりセットは毎日きれいにしてお持ち帰りでください。

※食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食	全園児午後のおやつ	栄養価カロリー	
			全 園 児		未満児	以上児
1	土	ヨーグルト	チキンライス・コンソメスープ・バナナ	麦茶・お菓子		
2	日					
3	月	牛乳・ぱりんこせんべい	スパニッシュオムレツ・ナポリタン・五目納豆・厚揚げの味噌汁・オレンジ	麦茶★おにぎり	541	566
4	火	牛乳・ウエハース	筑前煮・しらす和え・トマト・豆腐の味噌汁・グレープフルーツ (虫歯予防デー)	牛乳・せんべい・カミカミ昆布	483	502
5	水	豆乳・ハーベスト	カレーライス・ポイルウインナー・コーンサラダ・野菜スープ・バナナ	牛乳・パイ菓子	587	637
6	木	牛乳・おととと	マーボー豆腐・春雨サラダ・さつま芋の天ぷら・たけのこスープ・オレンジ	牛乳★マドレーヌ	534	689
7	金	麦茶・えびせん	豚肉の生姜焼き・大根サラダ・枝豆・なめこ汁・バナナ	牛乳★たこ焼きパン	466	569
8	土	ヨーグルト	和風スパゲティ・野菜スープ・グレープフルーツ	麦茶・お菓子		
9	日					
10	月	牛乳・卵ボーロ	時計ハンバーグ・スパゲティサラダ・茹でブロッコリー・麩の味噌汁・オレンジ (時の記念日)	牛乳・マリービスケット	497	551
11	火	豆乳・サッポロポテト	ミートボール・マッシュポテト・トマト・クリームスープ・キウイフルーツ	牛乳★三色クッキー	537	685
12	水	牛乳・プリッツ	鮭の照り焼き・切干大根煮・しょうゆフレンチ・なめこ汁・バナナ	牛乳・せんべい	480	504
13	木	麦茶・星たべよせんべい	鶏肉のマーメレード焼き・ひじき煮・きゅうりの中華和え・高野豆腐の味噌汁・オレンジ	牛乳・とんがりコーン	438	500
14	金	牛乳・サブレ	タラフライの人参ソース・マカロニサラダ・枝豆・キャベツの味噌汁・グレープフルーツ	牛乳・バームクーヘン	541	560
15	土	ヨーグルト	焼きそば・わかめスープ・バナナ	麦茶・お菓子		
16	日					
17	月	麦茶・とんがりコーン	鶏肉のソース焼き・さつま芋のレモン煮・青菜の板かま和え・もやしの味噌汁・バナナ	ヨーグルト・ウエハース	425	510
18	火	牛乳・サブレ	鮭のレモン焼き・炒合菜・大根とツナのサラダ・じゃが芋の味噌汁・グレープフルーツ	牛乳★チーズ蒸しパン	554	595
19	水	牛乳・動物ビスケット	餃子・春雨サラダ・枝豆・大根の味噌汁・キウイフルーツ	牛乳・カスタードケーキ	541	580
20	木	牛乳・ウエハース	ミートローフ・ビーフソテー・ツナ和え・野菜スープ・オレンジ	牛乳★開口笑	527	669
21	金	牛乳・えびせん	ハムカツ・りんごサラダ・千切り野菜の炒め煮・白菜の味噌汁・グレープフルーツ	フルーツゼリー	495	504
22	土	ヨーグルト	鶏肉の照り焼き・シルバーサラダ・トマト・キャベツの味噌汁・バナナ (まつぼっくり組保育参観)	麦茶・お菓子		
23	日					
24	月	牛乳・おととと	サバのごま味噌焼き・かぼちゃの挽肉あんかけ・トマト・卵の味噌汁・バナナ	牛乳・プリッツ	495	515
25	火	ジョア・ビスコ	炊き込みご飯・鶏肉のごま唐揚げ・パリパリサラダ・じゃが芋のチーズ焼き・トマトと卵のスープ・フルーツ	★ぶどうゼリー	573	584
26	水	麦茶・ぱりんこせんべい	信田煮・もやし炒め・ごぼうサラダ・豆腐の味噌汁・バナナ	牛乳・チョコクッキー	482	575
27	木	牛乳・クラッカー	鮭の西京焼き・五目きんぴら・おかか和え・小松菜の味噌汁・オレンジ	牛乳★ピザトースト	510	535
28	金	牛乳・えびせん	チキンカツ・ハムサラダ・ゆかり和え・高野豆腐の味噌汁・グレープフルーツ	★フルーツヨーグルト	495	504
29	土	ヨーグルト	ドライカレー・コンソメスープ・バナナ (どんぐり組保育参観)	麦茶・お菓子		
30	日					