

月	3才未満児 10時おやつ	昼 食		3時のおやつ		
		副 食	以上児	未満児 添加	のみもの	その他
1月	ヤ	鶏肉のトマト煮込み、冷ややかこ		みそ汁	牛乳	ホットケーキ
2月		スミツシユオレツ、汁、ぎぜん豆				お茶、かわ
3月		魚のプロバンス風、切り干し旨煮				牛乳、チョコパン
4月		ミートソースパティ、ツナサラダ、ゼリー	イ			お茶、あんこ団子
5月		おたんじょう会	イ			ジュース、シェクリーム
6月		トマト Pasta、ごまきゅうり、みそ汁	イ			
8月		肉野菜炒め、杏仁フルーツ	イ	みそ汁	お茶	ちんぴん
9月		五目揚げ、汁、卵スープ、納豆				牛乳、メロンパン
10月		炒り鶏、茎わかめサラダ		みそ汁		クッキー
11月		アジフライ、汁、五目ひじき				フルーツ、ヨーグルク
12月		タイヒョエン、鶏レバー旨煮、汁、ゼリー	イ		牛乳	ポップコーン
13月		煮物、サラダ、くだもの				
16月		ポークカレー、三色なます、一口ゼリー	イ		牛乳	プリン、トッパ
17月		魚のマヨ焼、汁、牛肉ごぼうの旨煮		みそ汁		アイス
18月		鶏肉のアモンドがらめ、汁、塩昆布きゅうり			牛乳	ココアふくれ
19月		かぼちやそぼろ煮、ひじきサラダ				ピザトースト
20月		パン、スープ、サラダ	イ			
22月		揚げぎょうざ、汁、ごぼうサラダ		みそ汁	牛乳	あんぱなリ
23月		肉じゃが、かみかみサラダ			お茶	甘辛だんご
24月		ハヤシチュー、炒めきゅうり、ゼリー	イ		牛乳	パイ
25月		麻婆豆腐、田作り、バナナ	イ	みそ汁		フルーツ
26月		魚のタルタルソース、トマト、冷ややかこ				菓子
27月		揚げもの、汁、みそ汁、くだもの				
29月		マカロニグラタン、昆布の佃煮	イ	みそ汁	牛乳	おやつアップ
30月		ナポリタン、ごまきゅうり、卵スープ	イ			ぐらゐる、ウインナー
31月		ヒレカツ、汁、そうめん汁、一口ゼリー		みそ汁		フルーツ、シェクリーム

ヤ:ヤクルト
い:いりこ

スプーン・フォーク、おにぎり忘れずにお箸は毎日必要です。



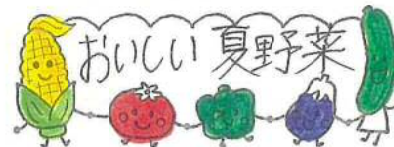
7がう
5(金)七夕たんじょう会
(イ・イ)

22(月)夏期保育スタート



5日(金)
たなはたバースデー

- ひとぢり磯辺フライ
- 2色そうめん汁
- ポテトサラダ
- おほいませり



おいしい夏野菜
ピーマン・トマト・きゅうり
オクラ・ゴーヤ・とうもろこし
かぼちや・なす・枝豆...

ネムのおすすめは!!
オクラです♡
オクラのネバネバには
食物繊維が含まれて
います。子どももつるつるして
食べやすいと思います。

単元:楽しい夏

目標:暴飲暴食に気をつける

とり過ぎ注意
冷たい食べ物 飲み物



暑い季節は、ジュースやアイスなどの冷たいおやつを食べたくなります。しかし、冷たいものをとり過ぎると、胃腸を冷やし、胃腸や消化酵素の動きが悪くなって消化不良を起こすので、腹痛や下痢につながります。また、冷たいおやつには糖分がたくさん含まれているものが多いので、注意が必要です。

※スプーン等の忘れが
目立っています!! ※

忘れた子どもさんたち、
悲しい顔で総合食室へ
借りに来ています。
しっかり見てあげてください

- ◎都合により南犬立に変更がある場合もあります。
- ◎手洗いうがいの励行お願ひします。