

6月のこんだて

つばき東つばき保育園

日	曜日	主食	副食	10時おやつ	3時おやつ
1	土	ジャムサンド	牛乳 バナナ	おやつ	
3	月	アスパラのピラフ	コーンとレタスのスープ カップミートエッグ マカロニサラダ	野菜ジュース えびせん	牛乳 ★ラスク
4	火	ひじきごはん	スナックえんどうと人参の味噌汁 唐揚げ キャベツのごまよごし	リンゴジュース ふがし	ヨーグルト
5	水	しょうゆラーメン	手作りしゅうまい バナナ	牛乳 玉子ボーロ	お茶 ★白玉おやき
6	木	食パンマンとバタコさん	ウィンナーと玉ねぎのスープ 洋風温野菜 すずきのムニエルタルタルソース	カルピス おせんべい	アイ스티ー ★ココアプリン
7	金	ポークカレー	コールスローサラダ チーズ	牛乳 ビスケット	グレープジュース ★チヂミ
8	土	コトコトト	牛乳 バナナ	おやつ	
10	月	中華丼	卵とアスパラのスープ きゅうりのサラダ アイスパイン	野菜ジュース ふがし	牛乳 ★ウィンナー蒸しパン
11	火	ふりかけごはん	豚汁 キャベツの浅漬け 豆腐のそぼろあんかけ	牛乳 えびせん	ゼリー カレックス
12	水	ソース焼きそば	玉ねぎとさかめのスープ はんぺんのたらこ焼き プルベリヨーグルト	ヤクルト プリン	リンゴジュース ★フライドポテト
13	木	ロールパンナちゃん	レタスとベーコンのスープ チキンのトマト煮 ベジスティック	牛乳 おせんべい	★2色寒天
14	金	あじさいごはん	水菜とかにかまのすまし汁 鮭の西京焼き 野菜の煮びたし	リンゴジュース ビスケット	牛乳 ★豆腐のプリン
15	土	バス遠足(4・5歳) わかめごはん	お茶 バナナ	おやつ	
17	月	ミッフィーちゃんごはん	きゅうりとハムのスープ 照り焼きチキン キャベツと卵のサラダ	グレープジュース えびせん	★アイ스티ー ★クラッカーのクリーム添え
18	火	五目ごはん	玉ねぎとじゃがいもの味噌汁 和風ミートローフ オレンジ	牛乳 クッキー	プリン 小魚
19	水	冷やしそうめん	ちくわの天ぷら バナナ	野菜ジュース 玉子ボーロ	牛乳 ★フルーツ
20	木	食パンマンとジャムおじさん	ベーコンと人参のスープ グリーンサラダ 白身魚のマカロニグラタン	牛乳 ふがし	お茶 ★おいなりさん
21	金	お誕生会 ハヤシライス	スクランブルエッグ フルーツポンチ	ヤクルト おせんべい	牛乳 ★ココア揚げパン
22	土	ツマトト	牛乳 パインのシロップ和え	おやつ	
24	月	わかめちゃんごはん	かきたま汁 肉じゃが キャベツのマヨしょうゆ	リンゴジュース えびせん	牛乳 ★マカニ黄粉
25	火	ピーターパンごはん	なるととえのきの中華スープ ジャージャン豆腐 3色ナムル	牛乳 ビスケット	ゼリー ミルクチップ
26	水	ミートソースパゲティ	玉ねぎとベーコンのスープ 彩りソテー いちごヨーグルト	野菜ジュース ワタアメ	リンゴジュース ★じゃがバター
27	木	のらくろパン	キャベツとコーンのクリームスープ あじフライ きゅうりとハムのサラダ	牛乳 おせんべい	お茶 ★冷やしぜんざい
28	金	卵チャーハン	ワンタンスープ ブルコギ風炒め メロン	グレープジュース 小魚	牛乳 ★プレーンクッキー
29	土	ホットドッグ	牛乳 バナナ	おやつ	



平均栄養摂取量		
	3歳未満児	3歳以上児
エネルギー(kcal)	508	646
タンパク質(g)	17.4	22.3
脂質(g)	12.5	15.9

今月の食育メモ

推理してみてください。次の食べ物の名前はわかりますか？Q1:ドイツ語で「風の袋」フランス語で「クリーム入りキャベツ」と呼ばれる食べ物

Q2:フランス語で「失われたパン」と呼ばれる食べ物は？ 答えはQ1は「シュークリーム」Q2は「フレンチトースト」です。世界には不思議な名前の食べ物がたくさんあります。「天上に連れて行って」とはティラミスのこと。この世のものとは思えないほどおいしいことから名づけられたイタリア語です。「熱い犬」とはホットドッグのことです。パンにはさんだソーセージが同長の犬であるダックスフントに似ているから犬なのだそうです。

皆さんは名前に興味をひかれて「食べてみたい」と思ったことはありませんか？例えば「風に吹かれて豆腐やジョニー」という今までの間隔とは全く違う名前の豆腐が売り出されて話題となったことがありました。自分の作っている美味しい豆腐を何とか沢山の人に味わってほしいとまずは手に取って試してほしい気持ちが名前に込められているのではないのでしょうか。じゃがいもの品種名の「男爵」やリンゴの品種名「アル

★印は手作りおやつです。今月の献立立案は佐々木です。※10時のおやつは3歳未満児のみです。献立は都合により変わる場合があります。梅雨の時期がやってきました。手洗いうがい、そしてしっかりと食べて体調に気をつけましょう。今月はじゃがいも掘りもあります。皆さんで掘るおいしいじゃがいもが楽しみです。給食の先生より