

6月行事・献立予定

令和6年度 こしき保育所

日 曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1 土				牛乳 センべい	りんごジュース サブレ
3 月	安全指導週間 衣替え	親子うどん ゆでブロッコリー ウインナー オレンジ	うどん 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 かまぼこ ねぎ ブロッコリー 人参 ウインナー オレンジ	牛乳 パナナ	カルシウムせんべい
4 火	内科健診 （そう・ばんだ・ひよこ）	白身魚の磯風味揚げ キャベツの味噌ドレッシングサラダ そうめんのすまし汁 パナナ	赤魚 青のり 豆乳 キャベツ 人参 きゅうり コーン そうめん わかめ 人参 ねぎ パナナ	牛乳 米菓子	おにぎり
5 水	身体測定（以上児）	鶏のから揚げ 切り干し大根の煮物 きゅうり漬 鮎の味噌汁 オレンジ	鶏肉 切り干し大根 人参 さつま揚げ しいたけ きゅうり 昆布 玉ねぎ 人参 小松菜 花枝 オレンジ	牛乳 ソフトせんべい	牛乳 クリームサンド
6 木	年長児交流会（そう） 運動教室（きりん） 身体測定（未満児）	白身魚のフライ コールスローサラダ 小松菜の味噌汁 グレープフルーツ	おひょう 豆乳 きゅうり レタス 人参 ハム コーン キャベツ 小松菜 油揚げ 玉ねぎ 人参 グレープフルーツ	牛乳 クッキー	ぶどうゼリー
7 金	内科健診 （きりん・うさぎ・りす） 運動教室（きりん） 布団持ち帰り	野菜たっぷりハヤシライス ブロッコリーサラダ パイン	玉ねぎ 人参 豚肉 しめじ じゃが芋 コーン パセリ ブロッコリー 人参 レタス きゅうり パイン	飲むヨーグルト	牛乳 かみかみ小魚
8 土				牛乳 クラッカー	オレンジジュース あられ
10 月	個人懇談（10日～）	スパゲティナーポリタン キャベツのドレッシングサラダ 野菜のコンソメスープ パナナ	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ 人参 パセリ キャベツ きゅうり ブロッコリー 玉ねぎ 人参 ベーコン ほうれん草 パナナ	豆乳 ソフトあられ	牛乳 蒸しパン
11 火	学校ごっこ（そう）	コロケ グリーンサラダ 豆腐の味噌汁 オレンジ	じゃが芋 さつま芋 豚肉 玉ねぎ キャベツ きゅうり レタス コーン 豆腐 人参 わかめ 玉ねぎ オレンジ	牛乳 サンドビスケット	牛乳 甘辛煎餅
12 水		筑前煮 ブロッコリーのおかか和え 小魚の佃煮 かき玉汁 パイン	鶏肉 いんげん ごぼう 人参 れんこん しいたけ ブロッコリー かつお節 小魚 ごま 玉ねぎ 人参 ほうれん草 卵 パイン	オレンジゼリー	牛乳 カナッパ
13 木	サッカー教室（そう）	かき揚げ かにかまぼこの酢の物 えのきのすまし汁 グレープフルーツ	玉ねぎ ごぼう さつま芋 人参 春菊 かにかまぼこ 人参 春雨 キャベツ もやし ごま えのき わかめ 生揚げ グレープフルーツ	牛乳 ロールパン	プリン
14 金	布団持ち帰り	五目野菜つくね きゅうりのほりほり チーズ ほうれん草のすまし汁 パナナ	鶏肉 玉ねぎ 人参 ごぼう れんこん いんげん ねぎ 生姜 きゅうり ごま チーズ ほうれん草 えのき 玉ねぎ パナナ	牛乳 ポーロ	牛乳 かみかみラスク
15 土				牛乳 甘辛せんべい	りんごジュース クラッカー
17 月	避難訓練 食育週間	ラーメン ウインナー 野菜のなめたけあえ オレンジ	中華めん 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 ねぎ ウインナー キャベツ 人参 えのき オレンジ	牛乳 パナナ	牛乳 ソフトあられ
18 火	誕生会	おめでとうランチ	鶏肉 玉ねぎ 人参 グリンピース バター えび じゃが芋 レタス きゅうり 人参 パイン	リンゴジュース	フルーツバフェ
19 水	食育の日	★ビビンバ しゅうまい わかめスープ オレンジ	豚肉 焼肉のたれ ほうれん草 人参 もやし ごま 玉ねぎ 人参 春雨 にんにく 生姜 しゅうまいの皮 豚肉 わかめ ねぎ ごま オレンジ	牛乳 煎餅	牛乳 ★ほうれん草の蒸しパン
20 木	参加日（未満児） おはなしのもり	キャベツと豚肉の味噌炒め フライドごぼう 豆腐スープ パナナ	キャベツ 豚肉 パプリカ ねぎ にんにく 生姜 ごぼう 豆腐 小松菜 ねぎ パナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 フレンチトースト
21 金	サッカー教室（そう） 布団持ち帰り	白身魚のシュンユイ さつま揚げといんげんの煮物 キャベツの味噌汁 グレープフルーツ	赤魚 生姜 ねぎ さつま揚げ 人参 いんげん キャベツ わかめ 玉ねぎ グレープフルーツ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 かみかみせんべい
22 土				牛乳 サブレ	オレンジジュース せんべい
24 月		ジャージャー麺風パスタ ポイルブロッコリー 冬瓜スープ オレンジ	スパゲティ 豚肉 生姜 にんにく 椎茸 玉ねぎ ねぎ ごま ブロッコリー 冬瓜 ねぎ わかめ オレンジ	牛乳 ポン菓子	フルーツヨーグルト
25 火	運動教室（そう）	チーズハンバーグ キャベツサラダ 野菜のコンソメスープ パナナ	牛肉 豚肉 玉ねぎ チーズ 牛乳 キャベツ ブロッコリー 人参 玉ねぎ 人参 ベーコン コーン パナナ	牛乳 野菜かりんとう	牛乳 マカロニあべかわ
26 水	運動教室（そう）	揚げ餃子 中華和え わかめの中華スープ オレンジ	豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 ぎょうざの皮 きゅうり 人参 もやし ハム 春雨 もずく 玉ねぎ 人参 わかめ オレンジ	牛乳 煎餅	牛乳 ジャムサンド
27 木	フリー参観日（以上児）	鯖の竜田揚げ たくあんサラダ 豆腐のすまし汁 グレープフルーツ	鯖 生姜 たくあん 人参 きゅうり キャベツ ツナ 豆腐 玉ねぎ ほうれん草 人参 グレープフルーツ	豆乳 クラッカー	牛乳 米菓子
28 金	運動教室（ばんだ） 布団持ち帰り	肉じゃが 焼きししゃも スティックきゅうり なめこ汁 パナナ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 いんげん ししゃも きゅうり 豆腐 なめこ ねぎ パナナ	飲むヨーグルト	牛乳 かみかみビスケット
29 土				牛乳 クラッカー	りんごジュース サブレ

おめでとうランチ…チキンライス エビフライ フライドポテト レタスサラダ スパソテー パイン

食育の日のサンプル展示は5歳児です。 5歳児の主食（ご飯）の量は120gです。

今月の果物はパナナ パイン オレンジ グレープフルーツ などを予定しています。

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。

★印は新メニューです。