

6月の献立



古志ひまわり保育園
Tel: 23-1504 Fax: 23-1505
メールアドレス: koshi@h-himawari.net

| 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|---|--|---|--|--|-----------------------|
| | | 1 ごはん 豚肉と野菜の生姜炒め じゃが芋のおかか和え みそ汁 | 2 ごはん 豆腐ステーキ ごぼうの煮物 しじみ汁 | 3 ごはん 飛び魚のごま揚げ ワカメとレタスの サラダ 煮豆 とろろ汁 | 4 焼きそば みそ汁 |
| | | マカロニきなこ 野菜 牛乳 | ハリハリおにぎり 昆布 お茶 | じゃが芋のグリル焼き いりこ 牛乳 | パン するめ お茶 |
| 6 ごはん 麻婆豆腐 ニラともやしの浸し もずくスープ | 7 ごはん 焼き魚 ポテトサラダ みそ汁 | 8 ごはん 厚揚げの煮物 トマトと きゅうりのサラダ みそ汁 | 9 ごはん 焼き鯖と新玉の煮物 きゅうりの 生姜しょうゆ和え すまし汁 | 10 ごはん 鶏手羽元のあっさり煮 キャベツと もやしの浸し 人参の煮物 みそ汁 | 11 パン 牛乳 |
| みたらし団子 昆布 牛乳 | 玄米焼きおにぎり 野菜 お茶 | 干し大根の煮物 果物 お茶 | 酢飯おにぎり するめ お茶 | パン 野菜 牛乳 | 果物 いりこ お茶 |
| 13 ごはん 酢鶏 茄子の煮物 すまし汁 | 14 きつねうどん おから きゅうりスティック | 15 ワカメごはん がんもの煮物 キャベツの梅和え みそ汁 | 16 笹巻き 切干中華サラダ 肉団子のスープ | 17 ごはん 煮魚 おからサラダ あさり汁 | 18 牛肉おこわ みそ汁 |
| よもぎケーキ 昆布 牛乳 | ごまじゃこおにぎり トマト お茶 | ジャムサンドパン いりこ 牛乳 | 結び昆布 果物 お茶 | 糸昆布のおにぎり 野菜 お茶 | パン 昆布 お茶 |
| 20 ごはん 焼き魚 納豆和え みそ汁 | 21 ごはん 炒り豆腐 茄子田楽 もやしのスープ | 22 お弁当の日 つくし組食事公開 | 23 ごはん 真イカの煮付 五目豆 みそ汁 | 24 ごはん 厚揚げと茄子の とろとろ煮 きゅうりのナムル みそ汁 | 25 梅じゃこおにぎり みそ汁 |
| ポテトシューフライ いりこ 牛乳 | 梅きゅう海苔巻き 野菜 お茶 | もっちり黒ごま するめ 牛乳 | ぜんざい 昆布 お茶 | 人参おにぎり トマト お茶 | 果物 いりこ お茶 |
| 27 ごはん がんもの甘酢煮 糸昆布の炒め物 コーンスープ | 28 ごはん おからハンバーグ きゅうりと ワカメの酢のもの すまし汁 | 29 ごはん 飛び魚の梅しそ揚げ もやしのナムル みそ汁 | 30 アスパラと牛肉の ちらし寿司 干し大根の煮物 ワカメスープ | | |
| 梅じゃこおにぎり 野菜 お茶 | 黒ごま団子 いりこ 牛乳 | 米ぬかおにぎり トマト お茶 | 豆乳くず餅 するめ 牛乳 | | |

季節も春から夏へと変わろうとしています。梅雨入りももうすぐです。夜も蒸し暑い日も多くなり寝苦しいように感じます。が体調管理に気をつけてあげてください。



お知らせ

- ・16日(木) さくら組クッキング
笹巻きを作ってお昼にみんなで食べたいと思います。
- ・22日(水) お弁当の日
つくし組食事公開日
(たくさんの参加お待ちしております。)

ある日の出来事



先日、給食で年に1度の“飛び魚のから揚げ”を作りました。こすもす組がお散歩へ出かけようとしていたとき、給食室を覗いてきたので早速、生の飛び魚を渡すと興味津々。頭から尻尾までついている飛び魚を触ってみました。はじめはおそるおそるしながらでしたが、段々ダイナミックに!!ハネを広げてみたり、飛び真似をしてみたりと楽しんでいました。そして唐揚げが出来るのを楽しみにお出かけしました。

お出かけから帰ってくると、よい匂いに誘われてのぞきにくる子どもたち。そして給食の時間、「ここ美味しいが~!!」両手に羽をもつ子、「こうやって飛びが~!!」と楽しい姿も見られました。

保育園では魚はできるだけ頭から尻尾までを出すようにしています。そして、小さい頃から骨があることも知らせ子どもの目の前で取ることで子どもも魚の食べ方を学びます。こうした経験の積み重ねにより、れんげ組後半くらいになると、上手に自分で骨を出して食べるようになります。

