

6月の行事予定

- 1日(水) コスモスポーツ(青棟4歳・5歳児)
- 3日(金) 奉仕作業 9:30~10:30
- 8日(水) コスモスポーツ(赤棟4歳・5歳児)
- 15日(水) コスモスポーツ(青棟4歳・5歳児)
- 17日(金) 年長児 銚子へ遠足
- 22日(水) コスモスポーツ(赤棟4歳・5歳児)
- 27日(金) 5歳児公開保育

6/8(水) 歯科検診…問診票あり
6/16(木) 内科検診

健康診断の
お知らせ

6月の身体測定

2日(木)	けやき	3日(金)	そら		
7日(火)	さくら	9日(木)	つき	10日(金)	かえで
14日(火)	ほし	17日(木)	もも	21日(火)	ゆき
23日(木)	いちご	24日(金)	にじ	28日(火)	ゆめ

6月の献立予定表

※材料の準備の都合上、献立が変更になる場合がありますがご了承下さい。
※年齢に適した調理方法に変更している場合があります。

清水こども園

日	曜	午前のおやつ (未満児のみ)	メニュー	午後のおやつ	エネルギー(kcal)		食塩相当量(g)	
					3~5歳	0~2歳	3~5歳	0~2歳
1	水	野菜ジュース	豚丼、豆腐とわかめのみそ汁、ナムル、プチダノン	ヤクルト 蒸しパン(いちご)	655	548	2.2	1.6
2	木	せんべい	ナン、ドライカレー、かわいいサラダ、プチゼリー	牛乳 バナナホイップ	586	480	2.3	1.7
3	金	バナナ	ご飯、えのきのみそ汁、白身魚のフライ 野菜の塩昆布和え	牛乳 チーズトースト	587	458	3.0	1.8
4	土							
5	日							
6	月	せんべい	たけのこご飯、なめこのみそ汁、てりやきチキン ゴマネーズサラダ	パパロア	635	515	2.7	2.0
7	火	牛乳	焼きうどん、お麩のすまし汁、揚げ餃子 ベビーチーズ	麦茶 わかめご飯	536	490	2.7	2.2
8	水	バナナ	ご飯、油揚げと小松菜のみそ汁、ハムカツ 野菜のおかか和え	プリン	636	528	2.8	1.9
9	木	牛乳	麻婆豆腐丼、卵スープ、中華風サラダ オレンジ	ぶどうジュース スコーン	613	502	2.3	1.6
10	金	せんべい	ご飯、筑前煮、蒸ししゅうまい、ゆでブロッコリー	牛乳 ココア蒸しパン	577	500	2.0	1.5
11	土							
12	日							
13	月	牛乳	ホットドック、野菜スープ、ポテトフライ、バナナ	麦茶 おかかご飯	576	492	2.0	1.6
14	火	ベビーチーズ	ご飯、大根のみそ汁、ささみのレモンソース ツナ入り豆腐サラダ	牛乳 たまごサンド	568	487	2.5	2.3
15	水	野菜ジュース	ご飯、鮭のムニエル、切り干し大根の煮物 グレープフルーツ	のむヨーグルト ワッフルドッグ	577	532	1.0	0.7
16	木	牛乳	カレーライス、ほうれん草のバターソテー、オレンジ	カルピスゼリー	521	469	1.9	1.5
17	金	せんべい	ご飯、野菜のみそ汁、焼肉、わかめサラダ	牛乳 マカロニあべかわ	554	474	1.8	1.3
18	土							
19	日							
20	月	せんべい	ご飯、油揚げの包み煮、もやしと青菜のゴマ和え オレンジ	牛乳 フレンチトースト	596	456	1.6	1.2
21	火	牛乳	親子丼、キャベツとえのきのみそ汁、酢の物	ぶどうゼリー Caウエハース	571	492	2.0	1.3
22	水	ベビーチーズ	ナポリタンスパゲティ、かき玉スープ バナナヨーグルト	ジョア マドレーヌ	566	509	2.6	2.3
23	木	バナナ	ご飯、油揚げと長ねぎのみそ汁 カジキのバターソテー、五目煮	牛乳 ビスケット	573	510	2.2	1.5
24	金	牛乳	チャーハン、春雨スープ、からあげ、プチゼリー	麦茶 お好み焼き	506	456	2.5	1.7
25	土							
26	日							
27	月	ベビーチーズ	ハヤシライス、芽ひじきのサラダ、メロン	牛乳 せんべい	584	517	2.5	1.8
28	火	バナナ	ご飯、ほうれん草のすまし汁 チーズ入りはんぺんフライ、ささみサラダ	ヨーグルト(いちご) クラッカー	542	445	2.9	1.8
29	水	野菜ジュース	ロールパン、コーンスープ、手作りハンバーグ コールスローサラダ	麦茶 おにぎり	643	507	3.2	2.0
30	木	牛乳	ご飯、チキンのトマト煮込み、マカロニサラダ グレープフルーツ	野菜ジュース かぼちゃパイ	658	565	0.9	0.8