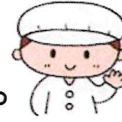




# しょくじだより



こんにちは、きゅうしょくです。



## かしわもちづくり

年に1回のかしわもちづくり！

今年も保護者の方のご厚意でかしわの葉をいただきました。早速、枝から葉を切っていると年長さんが「なにしてるの？」と寄ってきて、一緒に葉を切ってくれました。この日を楽しみにしていた子がたくさんいて、中には作り方を覚えていた子もいました。「おもちのにおいがするー」「たのしいね」などの声が聞かれみんなとっても上手に作っていてびっくりしました。クッキングが終わると待ちきれず「たべていいの？」と聞く年少さん。「給食先生がもっとおいしくするからおやつまでまってね」と伝えると、蒸しあがるまで何度も見に来てくれました。自分で作ったかしわもちの味は格別!! おしくいただきました。



## 出前クッキング

毎年恒例の出前クッキングが5月より始まりました。ホットケーキ以外にも生ジュース、クレープと色々と計画しています。お楽しみに。



## 給食 リクエスト メニュー!

今年もまた給食のリクエストメニューを募集します。用紙とポストを設置しますので、お子さんと一緒にメニューを考えてみてください。採用されますと、実際の給食のメニューになります。ぜひ、リクエストしてみてください！



## 子どもも大人もみんな やってみよう!

お茶碗の米粒も残さず  
食べてピカピカに  
できるとかっこいいね!

今月も5月に引き続き

**米粒も残さず食べよう!**





令和5年度6月

# 献立表

福)五和会 大津保育園

日	曜	午前のおやつ	クッキング	材料名	3時おやつ
1	木	乳酸菌飲料		米飯 焼き魚さばこうじ 筑前煮 油揚げのみそ汁 枝豆 オレンジ	プリンケーキ
2	金	ビスケット		カレーライス パリパリ切り干し大根のサラダ チーズ	自家製みかんヨーグルト
3	土			土曜給食	菓子
5	月	ふかしいも		米飯 ハンバーグ マカロニサラダ さわやか島田汁 オレンジ	コーンカップケーキ
6	火	ビスケット		米飯 豆腐のつくね焼き 大根のゆかり和え 豚汁 バナナ	アジサイゼリー
7	水	スティック人参		米飯 タンドリーチキン ごぼうときゅうりのサラダ 五色スープ 甘夏みかん缶	チーズクッキー ジョア
8	木	乳酸菌飲料		<b>ケロケロランチ</b>	カラフルヨーグルト
9	金	バナナ		米飯 ハムフライ ちくわとキャベツの和え物 切り干し大根のみそ汁 チーズ	北京まんじゅう
10	土			土曜給食	菓子
12	月	ふかしいも		冷やし中華 枝豆とカニカマのサラダ ミニゼリー	ココア蒸しパン
13	火	ビスケット 牛乳	出前クッキング うめ	米飯 松風焼き 納豆サラダ 野菜スープ バナナ	いちごババロア
14	水	ミレーフライ		<b>園外保育</b>	菓子
15	木	乳酸菌飲料		米飯 油淋鶏 もやしサラダ 春雨スープ オレンジ	フルーツポンチ
16	金	スティック人参		米飯 スナックマグロ ちくわの胡麻マヨネーズあえ 五目みそ汁 ミニぶっちゃんプリン	甘納豆の抹茶ケーキ ジョア
17	土			土曜給食	菓子
19	月	乳酸菌飲料		カレーピラフ コーンフレークチキン 枝豆 ポトフ 甘夏みかん缶	バナナケーキ
20	火	ビスケット 牛乳		米飯 はんぺんフライ ひじきのごま和え きのご汁 メロン	カルシウムラスク 自家製飲むヨーグルト
21	水	スティック人参	出前クッキング たんぽぽ・もも	米飯 ミートローフ フレンチポテトサラダ オニオンスープ バナナ	青りんごプリン
22	木	バナナ		米飯 鮭のムニエル スパゲティサラダ 小松菜とねぎのすまし汁 オレンジ	<b>スペシャルくじ屋さん</b>
23	金	ふかしいも		<b>おたのしみ弁当</b>	蒸しパン
24	土			土曜給食	菓子
26	月	乳酸菌飲料		スパゲティミートソース マセドアンサラダ すいか	ワッフル
27	火	スティック人参		米飯 魚のカレーマヨネーズ焼き ドレッシングサラダ ミネストローネ風スープ オレンジ	自家製マシュマロヨーグルト
28	水	ふかしいも		米飯 若鶏の塩こうじ焼き かみかみ和え わかめのみそ汁 バナナ	フルーチェ
29	木	ビスケット 牛乳		カラフル洋風寿司 ちくわの磯辺揚げ いんげんのおかかあえ そうめん汁 ミニゼリー	6月おたんじょうびケーキ 菓子
30	金	バナナ		米飯 とんかつ キャベツのごまびたし 豆腐のみそ汁 オレンジ	即席ミニメロンパン ジョア

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	530	20.5	16.5	248	2.1	149	0.3	0.38	37	4.6	2.1
目標量	574	22.9	15.9	259	2.5	214	0.31	0.36	22	3.6	1.6
充足率(%)	92	90	104	96	84	70	97	106	168	128	131
3才未満児	453	16.2	13.1	242	1.8	162	0.25	0.35	37	4.6	1.7
目標量	463	18.5	12.9	213	2.3	188	0.25	0.28	20	3.3	1.5
充足率(%)	98	88	102	114	78	86	100	125	185	139	113

\*都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

## おたのしみ弁当 23日(金)



給食で作ったごはんやおかずを持参したお弁当箱に詰めます。

毎月お楽しみ弁当の日があります。ふじ・つばき・さくら・うめ組は忘れないよう空のお弁当箱を包みに入れて持たせて下さい。お弁当箱に詰めると色々な所に行って食べる楽しさがあります。

(もも・たんぽぽはいりません)