

行事予定と献立 6月

2025.05.27

認定こども園みゆき 栄養士 坂本 和奏

日		ぎょうじ	ごはん	メニュー	午前おやつ	午後おやつ
1	日					
2	月	はついきけいそく 発育計測 リトミック(2.3歳児)	ごはん	チーズハンバーグ クリームスープ ベーコンとチンゲンサイのソテー パナナ	あられふ	マドレーヌ
3	火	ひなんぼうはんあんぜんしどう 避難防犯安全指導①	うめ わかめ ごはん	たまごののやまやき じゃこサラダ すましじる オレンジ	セサミパイ	こまつなのむしパン
4	水	えいご 英語あそび(4.5歳児)	ごはん	さばのしおやき だいこんとあつあげのにもの みそしる パナナ	グレープかんてん	おきつパイ
5	木	リトミック(0.5歳児)	むぎ ごはん	わかどりのちゅうかふういため きゅうりのおかかあえ もずくスープ オレンジ	きなこいり とうにゅうむしパン	ヨーグルトムース
6	金	こめた ぞう米炊き① えほんか だ 絵本貸し出し ふとんも かえ 布団持ち帰り	ごはん	さかなのわふうマヨネーズやき ぐだくさんじる こまつなののりあえ パナナ	ジャムサンド	ココアケーキ
7	土		ごはん	ぎゅうどん もやしのあえもの オレンジ	レモンラスク	どらやき
8	日					
9	月	リトミック(1.4歳児)	ごはん	とうふのまりあげ かみかみあえ かきたまじる パナナ	オレンジケーキ	マスカットゼリー
10	火	ほけんしよくいしどう 保健食育指導	ごはん	ハッシュ・ド・ビーフ だいこんとささみのサラダ オレンジ	やさいジュース かんてん	コーンフレーク クッキー
11	水	えいご 英語あそび(4.5歳児)	ごはん	ユーリンチー ひじきのナムル にらたまスープ パイナップル	カルシウムトースト	おきつカップケーキ
12	木	こうつうあんぜんしどう 交通安全指導 いどうとしょ かん 移動図書館(ぞう組)	ごはん	さかなのにつけ いなかじる パナナ はくさいとほうれんそうのごまあえ	ヨーグルトあえ	じゃこマヨトースト
13	金	ふとんも かえ 布団持ち帰り(全員) じゅんぴ なつまつり準備15:00～	むぎ ごはん	ポークピカタ もやしとピーマンのソテー ポトフ オレンジ	クリームサンド	たこボール
14	土	なつまつり	ごはん	*後日お伝えします*		ビスコ
15	日					
16	月	リトミック(2.3歳児)	むぎ ごはん	さかなのかばやきふう ひじきのにつけ とうふじる パナナ	りんごかんてん	たまごサンド
17	火	みゆきしょうねんせいりゅう 御幸小1年生と交流(ぞう)	ラーメン	みそラーメン こまつなとじゃこのしおいため オレンジ	わふうポテト	コーンとツナの ごはん
18	水	英語あそび(ぞう)	ごはん	さかなのゆかりてんぶら すましじる パナナ れんこんのごもくきんぴら	チーズむしパン	レアヨーグルト ケーキ
19	木	リトミック(1.4歳児) こめた ぞう米炊き②	ごはん	ぶたにくとキャベツのいためもの さつまじる ゆでとうもろこし オレンジ	セサミトースト	やきうどん
20	金	えほんか だ 絵本貸し出し せいきゅうしよはいふよてい 請求書記配布予定 ふとんも かえ 布団持ち帰り	ごはん	にくじゃが なつとうのいそあえ ブロッコリーのおかかあえ みそしる パナナ	もちもちパン	ピザトースト
21	土		ごはん	ぶたどん きゅうりのゆかりあえ オレンジ	ホットケーキ	マーラーカオ
22	日					
23	月	ひなんぼうはんあんぜんしどう 避難防犯安全指導②	むぎ ごはん	すきやきふう さつまいものオープンやき みそしる パイナップル	シュガーパイ	カレーチーズ トースト
24	火	リトミック(0.5歳児)	ごはん	かきあげ わふうサラダ すましじる オレンジ	クラッカージャム サンド	りんごゼリー
25	水	えいご 英語あそび(4.5歳児)	ごはん	さかなのてりやき すのもの けんちんじる パナナ	こくとうむしパン	アメリカンドック
26	木	とうがい 陶芸あそび(5歳児)	ごはん	ビビンバどん だいこんとツナのサラダ オレンジ	ジャムパイ	スイートポテト
27	金	えほんよ き 絵本読み聞かせ(5歳) たんじょうびかい 誕生日会 こうざふりかえ 口座振替(JA) ふとんも かえ 布団持ち帰り	カレー ピラフ	さけグラタン ミートスパゲッティー ゆでブロッコリー コンソメスープ パイナップル	シュガートースト	レアチーズケーキ
28	土		ごはん	やきにくどん じゃがいものオープンやき パナナ	クラッカーピザ	ようふうおこし
29	日					
30	月	せいそう プール清掃(3.4.5歳児) げっかんえほんも かえ 月刊絵本持ち帰り	ごはん	オムレツ コーンとチンゲンサイのソテー ビーフシチュースープ オレンジ	チーズトースト	きなこドーナツ

季節の変わり目で寒暖差もあり、体力が落ちて体調がくずれてくる時期です。
はじめと温度が上がってくるので、食中毒など体調・衛生管理には十分に気を付けていきましょう。
食欲もダウンしやすくなります。
こまめな水便補給をし、バランスの良い食事で体力を維持していきましょう。

●—*—○—*—●—*—○—*—●—*—○—*—●—*—○—*—●—*—○—*—●

よく噛んで食べよう!!

6月の食育指導は「よく噛んで食べようをお話する予定です。」
よく噛むことで様々な効果があります。よく噛んで食べることを心がけましょう。

- ★肥満予防
- ★虫歯予防
- ★消化吸収をよくする
- ★脳の働きを活発にする
- ★味覚の発達
- ★顎の筋肉が発達して歯並びがよくなります

味わってよく噛む習慣！よく噛んでいいこといっぱい！

「噛む」機能や能力は人間が生まれてから学習によって習慣化し、身についていくものです。

”しっかり噛む”ということは、身体の健全な発達に欠かせない大切な生活習慣で、乳児期から



●—*—○—*—●—*—○—*—●—*—○—*—●—*—○—*—●—*—○—*—●

食中毒に気をつけよう！

これからは、はじめとした日が多くなり食中毒の原因となる細菌が活動し始める時期です。
園では十分な加熱処理・殺菌・消毒・調理に関わる人の衛生管理など

つけない



しっかり手洗い・器具は清潔に

ふやさない



調理したものは早めに食べよう

やっつける



十分な加熱

この3原則を守って、細菌による食中毒を予防しましょう。ご家庭でもご協力よろしくお願いします。

食事の前には手洗いをしよう！

手洗うの基本は「石鹸で洗う」→「流水ですすぐ」→「拭く」の3ステップ。
部分ごとを念入りに洗いましょう。



手に泡をのせる



手のひらを洗う



手の甲を洗う



指の間を洗う



手首を洗う



爪・指先を洗う