



今月のテーマ 丈夫な歯をつくろう
 今月の目標 しっかり噛んで食べよう

平成27年5月29日
 城北アソカ保育園

6月に入り本格的な梅雨の季節がやってきます。この時期はジメジメうっとうしい天気が続くこともあり
 気温、湿度ともに高くなりますので体調を崩しやすくなります。さらに、食中毒にも特に気を付けなくてはなりません。予防の基本は『手洗い』です!!石けんを使ってきちんとした手洗いを食事前にはもちろん、
 ご家庭でも習慣づけ、手はいつも清潔にしておきましょう。
 食中毒の3原則は①つけない②増やさない③やっつけるです。
 食品の取り扱いには十分に注意しましょう。



| 日 | 曜 | こんだて | おやつ | 未満児朝のおやつ |
|----|---|----------------------------------|--------------|-----------|
| 1 | 月 | さかなのあんかけ きりぼしのにももの | りんごのケーキ | 胡瓜スティック |
| 2 | 火 | ポークケチャップ ポテトサラダ | ふくふくまめ | いりこ・かりんとう |
| 3 | 水 | けんちんじる あまずあえ | カルピスゼリー | クラッカーサンド |
| 4 | 木 | かみかみきんぴら しおっぺ | ボールドーナツ | こんぶ・じゃがりこ |
| 5 | 金 | さかなのみそマヨやき フレンチサラダ | たかなおにぎり | バナナヨーグルト |
| 6 | 土 | パン バナナ | | |
| 8 | 月 | チャンプル きゅうりのうめじゃこあえ | カミカミラスク | メロン |
| 9 | 火 | さかなのさいきょうやき わふうサラダ ミネストローネ | あべかわ | こんぶ・せんべい |
| 10 | 水 | ピザバーグ きりぼしのサラダ グラッセ | コーンフレーク | チーズ |
| 11 | 木 | コロッケ(年長クッキング) もやしソテー いそあえ | ホットケーキ | いりこ・ビスコ |
| 12 | 金 | さかなのなんばんづけ なすのあまみそいため | フルーツヨーグルト | ジャムパン |
| 13 | 土 | かきあげうどん オレンジ | | |
| 15 | 月 | しろみのうめマヨネーズやき カミカミサラダ わかめスープ | きんときまめのあまに | フルーチェ |
| 16 | 火 | しょうじんりょうり みそしる | かきごおり・いりこ | ミニトマト |
| 17 | 水 | すどり おかかあえ | フルーツしらたま | いりこ・黒棒 |
| 18 | 木 | カレー ゆかりあえ | あじさいゼリー | 枝豆 |
| 19 | 金 | 誕生会♪ かえるバーガー フライドポテト サラダ スープ メロン | おたのしみ | こんぶ・ゼリー |
| 20 | 土 | ごぼうのまぜこみピラフ にゅうめん オレンジ | | |
| 22 | 月 | すいとんじる あげぶたのちゅうかあえ | もものムース | ジャムパン |
| 23 | 火 | ビーフシチュー ちゅうかサラダ | クッキー | 焼き南瓜 |
| 24 | 水 | さかなのタルタルソースかけ ピーナッツあえ | のむヨーグルト・オレンジ | こんぶ・丸ぼうろ |
| 25 | 木 | マーボー豆腐 ナムル | おきなわふうくずもち | コーンフレーク |
| 26 | 金 | オムレツ マカロニサラダ | えだまめ・こんぶ | いりこ・ウエハース |
| 27 | 土 | シチュー パン バナナ | | |
| 29 | 月 | ロールキャベツ だいずのごもくに | おかずパン | オレンジ |
| 30 | 火 | さかなのカレーピカタ ごまあえ かぼちゃサラダ | カスタードクリームあえ | コーンパンケーキ |

19日は誕生会の為、ご飯はいりません。土曜日はお箸と水筒だけ持って来て下さい。