

令和 5年 6月 献立予定表

楠の実保育園

日	曜	未満児10時おやつ	昼食(副食)	3時のおやつ
1	木	菓子 スキムミルク	魚のみそマヨ焼き・かぼち地の甘煮・みそ汁	果物・チーズクッキー スキムミルク
2	金	ビスケット スキムミルク	揚げシューマイ・春雨サラダ・野菜スープ	※しそ梅ケーキ スキムミルク
3	土	菓子 お茶	鶏とブロッコリーのシュー・果物・スキムミルク	菓子
4	日			
5	月	米菓子 スキムミルク	白身魚のケチャップあんかけ・みそ汁	※フルーツコンプレックス スキムミルク
6	火	チーズクッキー スキムミルク	けんちん煮・キャバツのサラダ・果物	※おめかしのり昆布煮 スキムミルク
7	水	バナナ スキムミルク	挽き肉かきうどん・ひじきの煮つけ・果物	※オドレーヌ スキムミルク
8	木	菓子 スキムミルク	白身魚のごま揚げ・白合え・みそ汁	※キャロットケーキ スキムミルク
9	金	ビスケット スキムミルク	マーボー豆腐・ポテトサラダ	果物・ステーキパン スキムミルク
10	土	菓子 お茶	野菜と豚肉のうま煮・果物・スキムミルク	菓子
11	日			
12	月	米菓子 スキムミルク	白身魚のトトロ甘酢あんかけ・みそ汁	※フレンチトースト スキムミルク
13	火	チーズクッキー スキムミルク	チキンカレー・卵サラダ・果物	※スイートポテトケーキ スキムミルク
14	水	バナナ スキムミルク	サラダうどん・卵スープ	※ベニゴト玉葱のスーパースキムミルク
15	木	菓子 スキムミルク	魚のみそマヨ焼き・野菜炒め・みそ汁・果物	※ふらふらごまトースト スキムミルク
16	金	ビスケット スキムミルク	果汁・ツナサラダ	果物・チーズクッキー スキムミルク
17	土	菓子 お茶	鶏肉のトコロ煮・果物・スキムミルク	菓子
18	日			
19	月	米菓子 スキムミルク	白身魚のフライ・春雨の酢物・みそ汁	※かぼち地のチーズのちぢみ スキムミルク
20	火	チーズクッキー スキムミルク	豆腐の中華煮・マカロニサラダ・果物	※カルピスゼリー ⁹¹⁰ スキムミルク
21	水	バナナ スキムミルク	鶏ごぼううどん・ひじきの煮つけ	※さつま芋のようかん スキムミルク
22	木	菓子 スキムミルク	白身魚の石焼揚げ・甘酢キャバツ・みそ汁	※バナナチーズマフィン スキムミルク
23	金	ビスケット スキムミルク	酢鶏・豆腐スープ・果物	果物・ステーキパン スキムミルク
24	土	菓子 お茶	白菜と豚肉のスープ・果物・スキムミルク	菓子
25	日			
26	月	米菓子 スキムミルク	白身魚の洋風焼き・トースト・みそ汁	※揚げパン スキムミルク
27	火	チーズクッキー スキムミルク	ごまだれ豚しゃぶ・卵スープ・果物	※あじさいヨーグルト スキムミルク
28	水	バナナ スキムミルク	中華風にヤウ麺・ツナサラダ	※フライドポテト スキムミルク
29	木	菓子 スキムミルク	白身魚の天ぷら・かぼち地の素揚げ・みそ汁	※バナナバナナケーキ スキムミルク
30	金	ビスケット スキムミルク	ベニゴト野菜のスーパースタ・フルーツサラダ	果物・チーズクッキー スキムミルク

食事だより

※手作りおやつ



そしゃくを促す
食べ物

ハリハリ、ポリポリ、ホリホリ……歯ごたえのある食べ物はかむとよい音がします。子どもも楽しみなから、かむ力を育てられます。「これはどんな音がするかな?と子どもと一緒に音を聞きながら食べると楽しさもUPします。

- ♪ おせんべい (ハリハリ)
- ♪ 生野菜 (しゃきしゃき)
- ♪ トースト (サクサク)
- ♪ 小梅 (カリカリ)
- ♪ たくあん (ホリホリ)

