

今月の食育目標  
よく噛んで食べる

# 6月行事予定・献立

社会福祉法人 虹福祉会  
富士こども園

2020年（令和2年）5月25日

日 曜	行事予定	給食献立	カロリー	おやつ			
				午前 (牛乳は毎日)	離乳期のおやつ	午後 (ミルクは毎日)	離乳期のおやつ
1 月		豚肉の中華風炒め・スティックきゅうり・パインアップル	287kcal	柑橘類		かぼちゃプリン	
2 火		チキンのトマトソースかけ・野菜ソテー・粉ふきいも・柑橘類	324kcal	もも寒天		おにぎり	
3 水		高野豆腐の卵とじ・小松菜の和え物・バナナ	360kcal	さつまいももち		人参きんぴらトースト	
4 木	絵本貸し出し開始	車麩と鶏肉の治部煮・ごま酢和え・柑橘類	284kcal	ビスケット		ヨーグルト(ほうれん草・バナナ)	
5 金	わくわくひろば・布団・シーツ交換日	魚のポテマヨ焼き・チンゲン菜の炒め物・にんじんの煮付・キウイフルーツ	322kcal	豆乳ホイップサンド		パンケーキ	
6 土	希望保育	あんかけうどん・スナッペンどうの浸し・バナナ	241kcal	きゅうりのゆかり和え		居残り(ちんすこう)	
7 日							
8 月		いかと豚肉のカレー炒め・オクラのマヨネーズかけ・柑橘類	353kcal	キウイフルーツ	バナナ	かえりのごまがらめとポテト	茹ブロッコリーとポテト
9 火		ムニエル・短冊サラダ・茹そら豆・パインアップル	289kcal	ツナクラッカー		ミルク・メープルトースト	
10 水		若鶏のねぎソースかけ・じゃがいものソテー・バナナ	384kcal	味噌トースト		ヨーグルト(黄桃缶・ジャム)	
11 木	さくら組クッキング	三色そばろ丼・中華和え・キウイフルーツ	355kcal	青のりポテト		ホロホロアーモンドクッキー	クッキー
12 金	布団・シーツ交換日	焼魚・厚揚げとピーマンの甘辛炒め・塩もみきゅうり・パインアップル	285kcal	りんごポンチ		冷やしうどん	
13 土	希望保育	鶏肉と昆布の煮込み・キャベツの即席漬け・柑橘類	315kcal	ブロッコリーのごま和え		居残り(寒天)	
14 日							
15 月	ちゅうりっぷ組クッキング・明細書配布	プルコギ・きゅうりとツナのサラダ・キウイフルーツ	340kcal	マカロニきな粉		ポテトピザ	

今が旬メニュー

## 7月の行事予定

- 1日(水) 体育遊び
- 2日(木) さくら組入園式
- 3日(金) わくわくひろば
- 7日(火) 太鼓指導日
- 8日(水) 体育遊び
- 9日(木) さくら組入園式
- 11日(土) 夏祭り
- 14日(火) 誕生会
- 15日(水) 明細書配布
- 17日(金) お泊り会(さくら組)
- 27日(月) 口座引き落とし
- 28日(火) わくわくひろば

※新型コロナウイルス感染予防のため、中止・変更になることもあります。HPをご確認ください。

## 泥んこ遊び大好き！！

お団子・トンネル・お店屋さんごっこと砂は様々な形に姿を変え、子ども達の創造力を豊かに育みます。雨上がりの爽やかな青空のもと裸足になり思いっきり砂遊びを楽しみますね。

着ていた服は洗濯をしていますが、頑固な泥汚れですので、家でもう一度洗濯をお願いいたします。衣服持ち帰りの際、入れ間違いのもとになりますので、記名もお願いしますね。

※ 緊急事態宣言は解除されたものの、5月31日までの家庭保育要請が続き、保護者の皆様には長い間ご協力頂き誠にありがとうございました。

コロナウイルスが終息したわけではありません。感染予防のため引き続き不要不急な外出を避け、三密を回避しながら過ごしましょう。

新型コロナウイルス感染防止のため、行事が中止・延期等変更になることが続いています。園生活を充実させるためにも、子ども達が楽しめるあそびを企画し経験を積み重ねていけるようにしますね。

♪ゴシゴシ シュッシュュッ♪

ピカピカに手を洗おう！

ガラガラ ペーッ

戸外から帰ったらうがいも忘れずに！





# 6月行事予定・献立



社会福祉法人 虹福社会  
富士こども園

日 曜	行 事 予 定	給 食 献 立	カロリ-	お や つ			
				午前 (牛乳は毎日)	離乳期のおやつ	午後 (ミルクは毎日)	離乳期のおやつ
16 火	誕生会	梅ごはん・メンチカツ・コロコロサラダ・柑橘類	422kcal	スナツ麩		ココアケーキ・ア・ラ・モード	
17 水		キャベツとソーセージのスパゲティ・フライドかぼちゃ・バナナ	295kcal	ジャムサンド		カレーチャーハン	
18 木	すずらん組クッキング	魚のから揚げ・和風サラダ・茹ブロッコリー・パインアップル	315kcal	キャロット蒸しパン		ヨーグルト(寒天・アロエ缶)	ヨーグルト(寒天・黄桃缶)
19 金	ひまわり組クッキング・すずらん組園内研修・布団・シーツ交換日	菊花シューマイ・酢の物・にんじんの甘煮・柑橘類	345kcal	クッキー		和風ラスク	
20 土	希望保育	焼きそば・かえりの佃煮・バナナ	241kcal	オクラの浸し		居残り(パンケーキ)	
21 日							
22 月	ノ一お菓子デー	ハッシュ・ド・ポーク・キャベツのレモン酢和え・柑橘類	382kcal	パインアップル	バナナ	バナナ春巻き	
23 火	わくわくひろば	玄米ごはん・コロケ・糸切り昆布の煮付け・ゆかりきゅうり・パインアップル	473kcal	カナッペ		じゃこトースト	
24 水	太鼓指導日	タコライス・オクラの和え物・バナナ	351kcal	きな粉サンド		ヨーグルト(みかん缶・ソース)	
25 木	口座引き落とし	親子うどん・中華風サラダ・柑橘類	284kcal	焼きおさつ		ココナッツクッキー	
26 金	もも組クッキング・保護者会役員会17:30・布団・シーツ交換日	鮭のチャンチャン焼き・きんぴら・パインアップル	331kcal	オレンジ寒天		きのこスパゲティ	
27 土	希望保育	豚肉のいなか煮・小松菜の浸し・キウイフルーツ	300kcal	にんじんの甘煮		居残り(パン)	
28 日							
29 月		野山焼き・春雨サラダ・パインアップル	345kcal	バナナ		蒸しパン	
30 火		魚の甘酢漬け・キャベツのおかか炒め・かぼちゃの甘煮・バナナ	366kcal	シナモントースト		グレープポンチ	

## ひとくちメモ 2日(火) チキントのマトソースかけ

トマトに多く含まれるとして知られているリコピンは、抗酸化作用の高い食材です。同じく抗酸化作用を持つビタミンEの100倍以上もあり、健康や美容の面からもさまざまな効能が期待されています。リコピンは油に溶けやすい性質のため、油と一緒に食べると体内への吸収率がアップ！また加熱により吸収率が高まるので、トマトソースや、カレー、スープなど加熱調理して食べるのがおすすめですよ♪



紫外線がきつくなっています。登降園時、カラー帽子をかぶってきましょう。  
貸し出し用のカラー帽子ですが、忘れ物が減っていますよ！  
園庭にもテントを出し日陰を作っています。  
汗をかいて着替えの回数も増えています。ロッカーに着替えをいれておいてください。

**水遊びも始まります。**

三密を避け広い空間で遊べるよう工夫します。

330kcal

8月2日(日)ペンキ塗り  
ご協力お願いいたします。  
担当まで



お知らせください。

ありがとうございます。  
ございました  
保育材料等  
頂きました  
藤井さん

### 歯科検診

10月に予定しています。  
食後にお茶を飲む  
食後のグチュグチュペーうがい  
食べた磨く などなど  
年齢に応じた歯の手入れをしましょう。  
保護者の仕上げ磨きも忘れずに。  
スキンシップや関わりを深める  
いい機会ですよ。

