

むつみキッチン 2019年度 6月



あっという間に春が終わり、もうすぐ梅雨の季節がやってきます。少しずつ暑さも増してくる時期なので、しっかりと食べて・たくさん遊んで・ゆっくり休んで元氣いっぱい夏を迎えましょう♪まだ過ごしやすい季節ですが、水分補給も忘れずに！！

今月は運動会があります。元気に走り回り、汗だくで練習から戻ってくる子どもたちから笑顔で「今日は〇〇してん！」「〇〇できるようになった！」と話をしてくれます。ケガなく元気に運動会が迎えられるように、私たち栄養士は体の内側からサポートする為、給食・おやつ作りに今まで以上に力と愛情を注いでいきます！！

今月の行事2つ目は全体クッキング！！ゆめ組からひかり組の全クラスと職員全員で力を合わせて給食とおやつを作り上げます。子どもたちの切った野菜には個性がいっぱい！「これ、めっちゃ大きい」「なんかハートの形に似てる」「このたまねぎつながってる」などなど毎回作るのも食べるのも大盛り上がりの1日になります☆幼児クラスで力を合わせて作るビーフシチューと乳児クラスで力を合わせてつくるヨーグルトはきっと世界で一番美味しく出来上がるはずです！♡

子どもたちの食べた感想を楽しみにしててください(*^ ^*)

保育園の給食マジック?!



“保育園では給食もおやつもよく食べているのに家では食べない”
そんな言葉をよく聞きます。私の甥っ子もその1人なのですが、、、笑
食べなかつたり・行儀が悪かつたりすると、ついつい怒ってしまつたり注意しがちですが、すぐには子どもたちの習慣や好き嫌いは直りません。食事は毎日の事なので気をなが—————く！！根気づよ—————く！！子どもたちへの言葉がけや私たち大人の行動で示していきましょう！！

保育園でよく食べる理由として考えられるのは・・・

①周りが美味しそうに食べている姿に影響されている

子どもたちと一緒に食事していますか？

周りが美味しそうに食べていると“あれ？美味しいのかな？”“食べてみようかな”と食べるきっかけに繋がります。

②“食べきれた！”の気持ちを大切に

配膳量を減らし、まずは食べきれそうな量をお皿に盛り、食べられたら好きなものをおかわりする事で“全部食べられた!!”の気持ちが育ちます。

③硬く考えすぎずゲーム感覚を取り入れよう

ごはん遊びだす・足を椅子に上げる・肘をついて食べるなどの癖になってしまうとなかなか直りません。ちょっとしたゲーム感覚で「初めに肘ついたら負け！」など簡単に分かりやすいルールを決め少しずつマナーを身につけていきましょう。遊びに気持ちが行き過ぎないようにメリハリは大切です。

④楽しい雰囲気の中で食べ進める

なんといつても一緒に食べている人と楽しく食べる時間を大切にすることが大切です。食事の時間は楽しいとなれば食欲もわいてくるはずですよ！



☆日本の郷土汁を味わおう☆

日本には県や地域によって昔から食べられている物があり、各地域で今も愛され、食されています。6月の献立では、昔から食べられている郷土汁が6種類登場します！神戸でも食べた事のあるような味付けの汁物や、初めて口にするような汁物もあるので、子どもたちの感想と展示食をお楽しみに♪



6月3日(月) 山口県 太平汁

山口県東部の郷土汁。

大きな平たい椀に盛る事から太平汁という名がついたとも言われている。お祝いの席などで食べられる具たくさんで煮物のような汁物です。

ベースの出汁はお好みでOK!干し椎茸の戻し汁を少し入れると旨味UP!!

だし汁に具材を入れていくのではなく、最初は鍋に油、切った食材を鍋に入れ全体に油が回ったら出汁をいれ煮込むのが一般的とされている。

6月7日(金) 沖縄県 もずくスープ



「もずくスープ」として親しまれている沖縄県の郷土汁。

かつお出汁をベースににもずくと豆腐を加えたヘルシーな和風スープです。ツルツルしたもずくの食感が食欲をそそります！味付けは醤油・塩で調節し、ネギや三つ葉をのせると彩り◎

6月11日(火) 奈良県 飛鳥汁



飛鳥時代に中国から伝わったという汁物。

牛乳が入るので、クリームシチューのようなまろやかな味わいになります。具材に味がしみ込むよう、出汁でしっかり野菜と肉を煮込むのがポイント！

かつお出汁がベースの牛乳・白みそで味を調えます！

牛乳を加えたら煮立てないように弱火で温めていきます。

牛乳・白みそは焦げやすいので要注意！！混ぜすぎると牛乳が泡立ってくるので優しくゆっくり混ぜるのがオススメです。

6月13日(木) 山梨県 おつけ団子汁

山梨県の大月市の郷土汁。

ほうとうと同じく小麦粉を練って作る団子入りで食べごたえのある一品。

味噌仕立てが主流ですが、醤油や塩仕立てもオススメです。

具材は季節の野菜を使い、団子に旨味がしみ込みます。

6月17日(月) 福島県 ざくざく

食材を“ざくざく”切る事からその名がついた郷土汁。

あっさりとした味わいながら、鶏肉や根菜・焼き豆腐がたっぷり入ることで食べごたえのある一品。

いりこ出汁が主流ですが、今回はかつお出汁で作ります。



6月25日(火) 鹿児島県 かいのこ汁

大豆と夏野菜が入った鹿児島県のお盆に作られる精進料理。

お盆にお粥と一緒に仏様に供えた事から「粥の子」と呼ばれ、それが変化し“かいのこ”になったと言われているそうです。

出汁をとった昆布を千切りにして入れる。乾燥大豆をたっぷりの水に一晩浸けておき、すり鉢で粗く潰して入れるのがポイント！

☆6月 献立表 2019年度 6月 ☆

住吉むつみ保育園

1日 (土)	朝食	牛丼 春雨サラダ 添え野菜 みそ汁 オムレツ	米、牛肉、玉ねぎ、青ねぎ、しょうゆ、砂糖、かつお出汁 きゅうり、人参、ハム、卵、春雨、ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩 トマト 大根、えのき、わかめ、絹ごし豆腐、醤油、おろし、かつお昆布だし	18日 (木)	ごはん 煮込み豆腐 わかめの酢の物 梅干しのわかめ汁 ★おつぱん汁(山梨県) スイカ	アジ、塩、醤油、しょうゆ、砂糖、片栗粉 きゅうり、わかめ、くらげ、かにかまぼこ、酢、しょうゆ、塩、砂糖 小松菜、れんこん、生姜、厚揚げ、かつお節、しょうゆ、砂糖 大根、人参、じゃがいも、しめじ、白ねぎ、小麦粉、おろし、かつお出汁	26日 (水)	ごはん おろし香のりスープ じゃがいもの甘芋炒め 鶏チキンプルー 白菜スープ オムレツ	鶏ミンチ、たけのこ、玉ねぎ、きくらげ、高野豆腐、おろし、しょうゆ、砂糖 合挽ミンチ、じゃがいも、なす、ズッキーニ、ピーマン、しょうゆ、砂糖 豚肉、人参、玉ねぎ、しいたけ、コーン、車麩、鶏ガラ、しょうゆ、塩、コンソメ、かつお節、ごま油 白菜、えのき、わかめ、ごま、鶏ガラ
	おやつ	ココックサド	ロールパン、キャベツ、じゃがいも、合挽ミンチ、卵、小麦粉、とんかつソース		おやつ	ポップコーン		ポップコーンの種、コンソメ、油	おやつ
3日 (月)	朝食	豚みそ豆腐 えびとじゃがいものソテー 水菜サラダ ★太平汁(山口県) グループフルーツ	豚肉、豚ミンチ、白ねぎ、えのき、生姜、にんにく、絹ごし豆腐、おろし、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉 じゃがいも、玉ねぎ、椎茸、エリンギ、えび、コンソメ、バター、パセリ 水菜、レタス、きゅうり、黄パプリカ、アボカド、ミニトマト、しょうゆ、酢、塩、砂糖、オリーブ油 鶏肉、れんこん、ごぼう、人参、里芋、こんにゃく、油揚げ、干しいたけ、高野豆腐、昆布だし、しょうゆ、みりん、塩	14日 (金)	ごはん 煮込み豆腐 えびとじゃがいものソテー 水菜サラダ ひじきの和風コールスロー すまし汁 オムレツ	豚肉、キャベツ、にんにく、生姜、しょうゆ、みりん、ごま油 さつまいも、ごぼう、こんにゃく、さつまいも、ごま、しょうゆ、砂糖 レタス、人参、胡瓜、コーン缶、ひじき、マヨネーズ、しょうゆ、かつお節 大根、えのき、しいたけ、なめこ、青ねぎ、醤油、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、みりん	27日 (木)	ロールパン おにぎり レタスサラダ ピーマンとチキ グループフルーツ	米、わかめ、塩 レタス、きゅうり、黄パプリカ、赤パプリカ、ミニトマト、しょうゆ、塩、砂糖、酢、オリーブ油 牛肉、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、じゃがいも、しめじ、マッシュルーム、ピーマン、チキ、グループフルーツ
	おやつ	ずんだケーキ	枝豆、卵、バター、牛乳、小麦粉、ベーキングパウダー、塩、砂糖		おやつ	豆乳プリン		卵、豆乳、砂糖	おやつ
4日 (火)	朝食	鶏のおろしポン酢 リトルサラダ 長芋の梅和え 表みそ汁 オムレツ	鶏肉、大根、生姜、スナップエンドウ、しょうゆ、酢、砂糖 キャベツ、人参、ハム、コーン缶、パスタ、塩、鶏コンソメ、オリーブ油 長芋、きゅうり、しらす干し、油揚げ、梅干し、もみり、酢、しょうゆ、砂糖 白菜、もやし、ごぼう、青ねぎ、こんにゃく、表みそ、しょうゆ、みりん、かつお昆布だし	17日 (月)	ごはん 煮込み豆腐 えびとじゃがいものソテー 水菜サラダ ★おつく(兵庫県) バナナ	豚肉、豚ミンチ、白ねぎ、えのき、生姜、にんにく、絹ごし豆腐、おろし、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉 じゃがいも、玉ねぎ、椎茸、エリンギ、えび、コンソメ、バター、パセリ 水菜、レタス、きゅうり、枝豆、マカロニ、かにかまぼこ、卵、マヨネーズ、砂糖、塩、オリーブ油 鶏肉、大根、ごぼう、人参、椎茸、里芋、焼き豆腐、こんにゃく、砂糖、しょうゆ、塩、酒	28日 (金)	ごはん おにぎり レタスサラダ ピーマンとチキ グループフルーツ	豚肉、キャベツ、にんにく、生姜、しょうゆ、みりん、ごま油 さつまいも、ごぼう、こんにゃく、さつまいも、ごま、しょうゆ、砂糖 ひじきの和風コールスロー 大根、えのき、しいたけ、なめこ、青ねぎ、醤油、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、みりん バナナ
	おやつ	しらすボテ	じゃがいも、しらす干し、もみり、塩		おやつ	ツナパン		キャベツ、ツナ缶、マヨネーズ、カレー粉、強力粉、ドライイースト、砂糖、塩、油	おやつ
8日 (水)	朝食	鮭の塩焼き 南瓜のカレー和え 玉子サラダ ごまみそスープ バナナ	鮭、塩、醤油、塩、酒 合挽ミンチ、人参、玉ねぎ、しめじ、かぼちゃ、大豆水煮、トマト缶、カレー粉、砂糖 キャベツ、きゅうり、枝豆、マカロニ、かにかまぼこ、卵、マヨネーズ、砂糖、塩、コンソメ 豚肉、ニラ、もやし、絹ごし豆腐、おろし、鶏ガラ、ごま、ごま油	18日 (火)	ごはん 鶏のおろしポン酢 リトルサラダ 長芋の梅和え 表みそ汁 オムレツ	鶏肉、大根、生姜、スナップエンドウ、しょうゆ、酢、砂糖 キャベツ、人参、ハム、コーン缶、パスタ、塩、鶏コンソメ、オリーブ油 長芋、きゅうり、しらす干し、油揚げ、梅干し、もみり、酢、しょうゆ、砂糖 白菜、もやし、ごぼう、青ねぎ、こんにゃく、表みそ、しょうゆ、みりん、かつお昆布だし オムレツ	29日 (土)	ごはん 鶏チキ ほうれん草の白和え 添え野菜 みそ汁 オムレツ	鮭、玉ねぎ、ピクルス、マヨネーズ、卵、小麦粉、パン粉、油、塩、コンソメ ほうれん草、人参、絹ごし豆腐、鶏、ごま、しょうゆ、砂糖 トマト、ブロッコリー、さつまいも 大根、白菜、人参、えのき、青ねぎ、醤油、おろし、かつお昆布だし
	おやつ	きな粉クッキー	小麦粉、きな粉、黒ごま、バター、砂糖		おやつ	レモンボテ		さつまいも、レモン、砂糖	おやつ
6日 (木)	朝食	牛すき丹 さつまいもの天ぷら ほうれん草の和え物 レタススープ アメリカンチェリー	米、白菜、椎茸、白ねぎ、さつまいも、こんにゃく、焼き豆腐、醤油、かつお出汁、しょうゆ、砂糖 さつまいも、天ぷら油 ほうれん草、人参、きゅうり、大根、しょうゆ、さとう、すりごま レタス、えのき、エリンギ、ベーコン、鶏ガラ、しょうゆ	19日 (水)	ロールパン 鶏のクリーム煮 南瓜の咖喱和え 玉子サラダ もやしスープ グループフルーツ	鮭、ブロッコリー、玉ねぎ、マッシュルーム、さつまいも、ポテトソース、コンソメ、塩、コンソメ 合挽ミンチ、人参、玉ねぎ、しめじ、かぼちゃ、大豆水煮、トマト缶、カレー粉、砂糖 キャベツ、きゅうり、枝豆、マカロニ、かにかまぼこ、卵、マヨネーズ、砂糖、塩、コンソメ もやし、人参、コーン缶、チンゲン菜、コンソメ	20日 (木)	ごはん 海鮮塩だれあん ニラ春巻 ちやしレムル もぎすくスープ グループフルーツ	米、豚肉、赤パプリカ、小松菜、塩昆布、ごま、しょうゆ 米、黄パプリカ、赤パプリカ、いかげん、えび、バター、コンソメ、塩、コンソメ 鶏肉、玉ねぎ、ピクルス、卵、マヨネーズ、塩、コンソメ、しょうゆ、酢 ピーマン、玉ねぎ、マッシュルーム、ウィンナー、パスタ、塩、ケチャップ、コンソメ、砂糖 レタス、きゅうり、人参、コーン缶、酢、しょうゆ、砂糖、塩、オリーブ油 キャベツ、じゃがいも、ブロッコリー、しめじ、エリンギ、コンソメ
	おやつ	黒糖プリントースト	食パン、卵、黒糖、牛乳		おやつ	塩昆布チャーハン		米、豚肉、赤パプリカ、小松菜、塩昆布、ごま、しょうゆ	おやつ
7日 (金)	朝食	海鮮塩だれあん ニラ春巻 ちやしレムル もぎすくスープ グループフルーツ	キャベツ、ブロッコリー、たい、いか、えび、かにかまぼこ、うずら卵、鶏ガラ、しょうゆ、塩、片栗粉 豚肉、ニラ、卵、きくらげ、春雨、鶏ガラ、ごま油 もやし、豆もやし、小松菜、人参、鶏ガラ、塩、ごま、ごま油 おつぱん、木綿豆腐、もぎすく、かつお出汁、しょうゆ、塩、みりん	20日 (木)	ごはん 海鮮塩だれあん ニラ春巻 ちやしレムル 中華スープ バナナ	キャベツ、ブロッコリー、たい、いか、えび、かにかまぼこ、うずら卵、鶏ガラ、しょうゆ、塩、片栗粉 豚肉、ニラ、卵、きくらげ、春雨、鶏ガラ、ごま油 もやし、豆もやし、小松菜、人参、鶏ガラ、塩、ごま、ごま油 コーン、玉ねぎ、青ねぎ、卵、塩、コンソメ、鶏ガラ、片栗粉	21日 (金)	ごはん チャプチェ ポテトサラダ がんもどき 豆腐とキャベツのかきたま汁 バナナ	牛肉、人参、ニラ、豆もやし、たまねぎ、春雨、ごま、ごま油、鶏ガラ、しょうゆ、砂糖 じゃがいも、きゅうり、黄パプリカ、貝割れ大根、枝豆、醤油、コンソメ、砂糖 大根、ほうれん草、里芋、こんにゃく、がんもどき、かつおだし、しょうゆ、砂糖、みりん、塩 キャベツ、豆腐、卵、鶏ガラ、しょうゆ、片栗粉
	おやつ	フルーツ牛乳羹	りんご、みかん缶、バナナ缶、もも缶、牛乳、かんてん、砂糖		おやつ	セサミクッキー		小麦粉、バター、砂糖、すりごま、黒練りごま	おやつ
8日 (土)	朝食	牛肉の混ぜ寿司 煮のり玉子焼 ひじきと枝豆の豆腐煮 すまし汁 オムレツ	米、牛肉、大豆、たくあん、もみり、ごま、酢、しょうゆ、砂糖、みりん、塩 卵、はんぺん、煮のり、チーズ、しょうゆ、みりん、かつお出汁 絹ごし豆腐、枝豆、ひじき、おろし、すりごま、しょうゆ、みりん、砂糖、かつお出汁 ぶり、えのき、なめこ、人参、大根、白菜、三つ葉、しょうゆ、みりん、塩、かつお昆布だし	21日 (金)	ごはん 海鮮塩だれあん ニラ春巻 ちやしレムル 中華スープ バナナ	キャベツ、ブロッコリー、たい、いか、えび、かにかまぼこ、うずら卵、鶏ガラ、しょうゆ、塩、片栗粉 豚肉、ニラ、卵、きくらげ、春雨、鶏ガラ、ごま油 もやし、豆もやし、小松菜、人参、鶏ガラ、塩、ごま、ごま油 コーン、玉ねぎ、青ねぎ、卵、塩、コンソメ、鶏ガラ、片栗粉	22日 (土)	ごはん チャプチェ ポテトサラダ がんもどき 豆腐とキャベツのかきたま汁 バナナ	米、牛肉、人参、ニラ、油揚げ、なめこ、ごま、しょうゆ、砂糖 豚肉、キャベツ、黄パプリカ、玉ねぎ、きくらげ、鶏ガラ、しょうゆ、ごま油 山芋、きゅうり、オクラ、梅干し、かつお節、しょうゆ、砂糖 白菜、椎茸、生姜、絹ごし豆腐、鶏ガラ、しょうゆ
	おやつ	あんバタートースト	食パン、バター、あずき缶		おやつ	ツナマヨそうめん		きゅうり、トマト、ツナ缶、そうめん、マヨネーズ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、みりん	おやつ
10日 (月)	朝食	ごはん チャプチェ ポテトサラダ がんもどき 豆腐とキャベツのかきたま汁 バナナ	牛肉、人参、ニラ、豆もやし、たまねぎ、春雨、ごま、ごま油、鶏ガラ、しょうゆ、砂糖 じゃがいも、きゅうり、黄パプリカ、貝割れ大根、枝豆、醤油、コンソメ、砂糖 大根、ほうれん草、里芋、こんにゃく、がんもどき、かつおだし、しょうゆ、砂糖、みりん、塩 キャベツ、豆腐、卵、鶏ガラ、しょうゆ、片栗粉	22日 (土)	ごはん チャプチェ ポテトサラダ がんもどき 豆腐とキャベツのかきたま汁 バナナ	米、牛肉、人参、ニラ、油揚げ、なめこ、ごま、しょうゆ、砂糖 豚肉、キャベツ、黄パプリカ、玉ねぎ、きくらげ、鶏ガラ、しょうゆ、ごま油 山芋、きゅうり、オクラ、梅干し、かつお節、しょうゆ、砂糖 白菜、椎茸、生姜、絹ごし豆腐、鶏ガラ、しょうゆ	24日 (月)	ごはん チャプチェ ポテトサラダ がんもどき 豆腐とキャベツのかきたま汁 バナナ	牛肉、人参、ニラ、豆もやし、たまねぎ、春雨、ごま、ごま油、鶏ガラ、しょうゆ、砂糖 豚肉、キャベツ、黄パプリカ、玉ねぎ、きくらげ、鶏ガラ、しょうゆ、ごま油 大根、ほうれん草、里芋、こんにゃく、がんもどき、かつおだし、しょうゆ、砂糖、みりん、塩 キャベツ、豆腐、卵、鶏ガラ、しょうゆ、片栗粉
	おやつ	中華雑炊	米、豚肉、白菜、ニラ、卵、鶏ガラ、塩、コンソメ		おやつ	ツナマヨそうめん		きゅうり、トマト、ツナ缶、そうめん、マヨネーズ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、みりん	おやつ
11日 (火)	朝食	ごはん サバの甘酢あん 小松菜の炒り煮 塩昆布和え ★飛騨汁(奈良県) オムレツ	さば、玉ねぎ、人参、ピーマン、たけのこ、きくらげ、しょうゆ、砂糖、酢、片栗粉 豚ミンチ、小松菜、ひじき、大豆水煮、油揚げ、しょうゆ、砂糖 キャベツ、きゅうり、人参、にんにく、塩昆布、オリーブ油 鶏肉、大根、ごぼう、白菜、水菜、しいたけ、牛乳、白みそ、かつお出汁	24日 (月)	ごはん チャプチェ ポテトサラダ がんもどき 豆腐とキャベツのかきたま汁 バナナ	米、牛肉、人参、ニラ、油揚げ、なめこ、ごま、しょうゆ、砂糖 豚肉、キャベツ、黄パプリカ、玉ねぎ、きくらげ、鶏ガラ、しょうゆ、ごま油 山芋、きゅうり、オクラ、梅干し、かつお節、しょうゆ、砂糖 白菜、椎茸、生姜、絹ごし豆腐、鶏ガラ、しょうゆ	25日 (火)	ごはん サバの甘酢あん 小松菜の炒り煮 塩昆布和え ★おつぱん汁(奈良県) スイカ	さば、玉ねぎ、人参、ピーマン、たけのこ、きくらげ、しょうゆ、砂糖、酢、片栗粉 豚ミンチ、小松菜、ひじき、大豆水煮、油揚げ、しょうゆ、砂糖 キャベツ、きゅうり、人参、にんにく、塩昆布、オリーブ油 なす、かぼちゃ、きくらげ、大豆水煮、昆布、昆布だし、おろし、しょうゆ、みりん
	おやつ	きょうかん	さつまいも、あん、アガー、砂糖		おやつ	ココアケーキ		バナナ、卵、バター、小麦粉、ココア、牛乳、砂糖、塩	おやつ
12日 (水)	朝食	ごはん おろし香のり じゃがいもの甘芋炒め 鶏チキンプルー 白菜スープ バナナ	鶏ミンチ、たけのこ、玉ねぎ、きくらげ、高野豆腐、おろし、しょうゆ、砂糖 合挽ミンチ、じゃがいも、なす、ズッキーニ、ピーマン、しょうゆ、砂糖 豚肉、人参、玉ねぎ、しいたけ、コーン、車麩、鶏ガラ、しょうゆ、塩、コンソメ、かつお節、ごま油 白菜、えのき、わかめ、ごま、鶏ガラ	25日 (火)	ごはん サバの甘酢あん 小松菜の炒り煮 塩昆布和え ★おつぱん汁(奈良県) スイカ	さば、玉ねぎ、人参、ピーマン、たけのこ、きくらげ、しょうゆ、砂糖、酢、片栗粉 豚ミンチ、小松菜、ひじき、大豆水煮、油揚げ、しょうゆ、砂糖 キャベツ、きゅうり、人参、にんにく、塩昆布、オリーブ油 なす、かぼちゃ、きくらげ、大豆水煮、昆布、昆布だし、おろし、しょうゆ、みりん	26日 (水)	ごはん おろし香のり じゃがいもの甘芋炒め 鶏チキンプルー 白菜スープ バナナ	鶏ミンチ、たけのこ、玉ねぎ、きくらげ、高野豆腐、おろし、しょうゆ、砂糖 合挽ミンチ、じゃがいも、なす、ズッキーニ、ピーマン、しょうゆ、砂糖 豚肉、人参、玉ねぎ、しいたけ、コーン、車麩、鶏ガラ、しょうゆ、塩、コンソメ、かつお節、ごま油 白菜、えのき、わかめ、ごま、鶏ガラ
	おやつ	コーン風パン	コーン缶、卵、小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、砂糖、塩		おやつ	えびパン		食パン、玉ねぎ、にんにく、しょうゆ、えび、マヨネーズ、塩、コンソメ、パセリ	おやつ

お誕生日会6月20日(木)
エビピラフ チキン南蛮
ナポリタン レタスサラダ
コンソメスープ アメリカンチェリー



全体クッキング6月27日(木)
ロールパン おにぎり
ピーマンとチキ レタスサラダ
グループフルーツ
おやつ:ヨーグルト

※おやつには毎回牛乳が付きます。
※咀嚼強化などの為、火・木曜日のおやつに昆布を1歳児クラスから提供しています。