

6がつのこんだて



東広島市立木谷保育所
令和6年6月
tel(0846)45-4322

にち	ようび	あさおやつ	きゅうしょく	3じおやつ
1	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	
3	げつ	くらっかーじゃむ	とうふのふんわりあげ そえやさい やさいのきんぴら ぱいなっぷる	ほっとどつく
4	か	ばなな	しんじゃがのそぼろに かみかみさらだ めろん	びびんばおにぎり いりこ
5	すい	よーぐるとすこーん	さけのいろどりちーずむし くきわかめのさらだ ももかん	おむれっと
6	もく	おにぎり	ぎゅうにくとやさいのやまとに うめどれっしんぐさらだ ぱいなっぷる	あんになどうふ
7	きん	まかろにあべかわ	たいぴーえん きゅうりのすのもの ばなな	かるしうむおかき
8	ど	ふれあいうんどうかい 		
10	げつ	ふっきー	さかなのこうそうやき そえやさい ぐだくさんみそしる みにぜりー	ほわいとぽんち
11	か	ばなな	ぶたにくちーずぴかた そえやさい とうにゅうすーぷ ぱいなっぷる	おこめせんべい
12	すい	きなこすこーん	はっぼうめん ちゅうかさらだ みかんかん	あじさいぜりー
13	もく	よーぐると	さかなのかばやき そえやさい まっかなすーぷ ばなな	じゃがいものおやき
14	きん	おにぎり	ちきんびーんず せとうちさっぱりあえ めろん	そらめくんのけーき
15	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	
17	げつ	くらっかーさんど	ちくぜんに わふうさらだ ばなな	ちーずとじゃこのおにぎり いりこ
18	か	ここあほっとけーき	めんたいふらい そえやさい じゃがいものにももの めろん	きなこふっきー
19	すい	たまごぼーろ	こんげつのおたのしみきゅうしょく 	
20	もく	じゃむさんど	へそどん そえやさい わかめすーぷ ぱいなっぷる 【食べきりレシंप献立】	おれんじらっしー だいずすなっく
21	きん	ばなな	がんもどきのにももの ししゃものごまのりあげ そえやさい めろん	いもだんご おしゃぶりこんぶ
22	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	
24	げつ	ほっとけーき	ずっきーにのとまとすばげていー ひじきのあえもの ぱいなっぷる	きなこぼーる
25	か	くらっかー	ちんじゃおろーす こまつなのなむる みかんかん	とうにゅうぷりん
26	すい	ちーずさんど	さばのすばいしーあげ そえやさい かきたまじる ばなな	じゃがぽんでけーじょ
27	もく	さぶれ	こうりょうかいさんとかれーくつきんぐ つなあえ ばなな おれんじ	ひじきのおにぎり おしゃぶりこんぶ
28	きん	ばなな	すぶた ごまあえ めろん 	おにおんぶれっと
29	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	

よく噛んで食べるということがあるよ！

- ・消化を助ける
- ・味覚が育つ(口の中で味わい、鼻に抜ける感覚の体験)
- ・食べ過ぎを予防する
- ・運動能力を育てる(食いしばる能力)
- ・歯並びを良くする



※4日から10日は歯の衛生週間です。4日はよく噛んで食べる献立になっています。
 ※今月19日がお楽しみ給食の日のなので食育献立は17日になっています。
 ※19日の楽しみ給食の日と27日のカレークッキングの日は、はしのみ持参してください。
 ※27日は蛟龍会さんとカレークッキングをします。幼児組さんは三角巾・エプロン・マスクの用意をお願いします。
 ※食材の都合により、献立が変更になることがあります。

今月の栄養素の平均値

3才以上児	
エネルギー	553kcal
たんぱく質	21.6g
食塩	1.3g
3才未満児	
エネルギー	527kcal
たんぱく質	20.2g
食塩	1.2g