

6月メニュー

2013年度 石川三育保園 献立表



	1歳児朝の おやつ	献 立	材 料	おやつ
3 月	ウエハース	ジューシー・みそ汁 サラダ、フルーツ	胚芽米、ひじき、人参、しいたけ、キュウリ、レタス タンパッキー ワカメ、コーン、青ネギ、トマト、	チョコケーキ、豆乳
4 火	せんべい	千切り大根、アーサ汁 フルーツ、サラダ	EM米、人参、こんにゃく、切り昆布、グルテン、 千切り大根、豆腐、アーサ、生姜、フルーツ、	かりんとう
5 水	クッキー	ジャムパン、ポテトサラダ フルーツ、豆乳ミロ	胚芽パン、ジャガイモ、人参、玉葱、キュウリ、コーン、 マカロニ、バナナ、豆乳、	おにぎり
6 木	ビスケット	ハヤシライス、サラダ フルーツ	胚芽米、人参、ジャガイモ、玉葱、コーン、ブロッコリー タンパッキー、レタス、水菜、マッシュルーム、トマトホール	ホットケーキ、豆乳
7 金	クラッカー	♥お弁当	* * * * *	クッキー
10 月	ウエハース	沖縄そば、野菜炒め フルーツ	久高そば、えのき、小松菜、人参、玉葱、キャベツ タンパッキー、黄パプリカ、ワカメ、青ねぎ	お好み焼き、豆乳
11 火	せんべい	麻婆豆腐、サラダ 中華スープ、フルーツ	EM米、発芽玄米、乾燥バーガー、玉葱、ピーマン、 ナス、人参、豆腐、青ネギ、ワカメ、フルーツ、	グレープゼリー
12 水	クッキー	ジャムパン、ミネストローネ フルーツ	胚芽パン、セロリ、人参、キャベツ、ニンニク、トマト、 ワカメ、玉葱、パスタ、バナナ、	どら焼き、豆乳
13 木	ビスケット	ゴーヤーチャンプルー、サラ ソーメン汁、フルーツ	ゴーヤー、玉葱、人参、豆腐、ソーメン、ソイーズ、 青ネギ、トマト、ブロッコリー、コーン、レタス、	人参カステラ
14 金	クラッcker	♥お弁当	* * * * *	黒糖棒
17 月	ウエハース	雑炊、サラダ フルーツ	胚芽米、えのき、小松菜、人参、大根、玉葱、 黄パプリカ、トマト、レタス、	チジミ、豆乳
18 火	せんべい	野菜のかき揚げ、サラダ わかめスープ、フルーツ	胚芽米、発芽玄米、ナス、玉葱、ニラ、人参、キャベツ、 わかめ、青ネギ、レタス、トマト、コーン、	焼き芋、豆乳
19 水	クッキー	カレーライス、サラダ フルーツ	胚芽米、押し麦、キビ、玉葱、人参、ジャガイモ、ピーマン レタス、ブロッコリー、キュウリ、グルテン、	誕生日ケーキ
20 木	ビスケット	ジャムパン、ポテトサラダ フルーツ、豆乳ミロ	胚芽パン、玉葱、人参、カボチャ、キュウリ、 コーン、バナナ、豆乳、	おにぎり
21 金	クラッcker	♥お弁当	★ 試 食 会 ★	せんべい
24 月	ウエハース	スパゲティー、サラダ 野菜スープ、フルーツ	パスタ、玉葱、人参、ピーマン、チーズ、乾燥バーガー、 トマト、マッシュルーム、キュウリ、レタス、バジル、	揚げポテト、豆乳
25 火	せんべい	タコライス、サラダ コンソメスープ、フルーツ	胚芽米、発芽玄米、乾燥バーガー、レタス、チーズ、 トマト、人参、玉葱、バジル、	ジャガイモチジミ
26 水	クッキー	グルテンフライ、春雨サラ 味噌汁、フルーツ	胚芽米、グルテンミート、春雨、人参、キュウリ、 大根、ワカメ、青ねぎ	ジャムパン
27 木	ビスケット	焼きそば、ワカメスープ フルーツ	焼きそば、人参、玉葱、キャベツ、タンパッキー ワカメ、青のり	ドーナツ、豆乳
28 金	クラッcker	♥お弁当	* * * * *	亀せんべい

※材料や行事などの都合によりメニューを変更する場合がございます。ご了承ください。

*週に2回おやつに豆乳が出ます。

食べ終わったら自分で片づけを

食器を片づける習慣は、子どもが成長する過程で、
家族や周囲の人を手本にしながら自然に身につけ
たいものです。1歳半頃からは、「おいしかったね。
ごちそうさま」などと声をかけながら、持ちやす
い器を1つ渡して、運ばせることから始めま
しょう。2歳半にもなれば自分から片づけら
れるようになりますが、あたたかく見守り共
感するといった援助は、まだまだ必要です。
「いっしょにお片づけしようか」と子どもに
寄り添いながら、やる気を育てましょう。

