

Table with 4 columns: 曜日 (Day), 献立名 (Menu Name), 食材名 (Ingredients), and 体調子をととのえるもの (Body Regulation). Rows include items like 1 木 17, 2 金 19, 3 土 20, 5 月 21, 6 火 22, 7 水 23, 8 木 24, 9 金 26, 10 土 27, 12 月 28, 13 火 29, 14 水 30, 15 木 31, 16 金 31.

Table with 4 columns: 曜日 (Day), 献立名 (Menu Name), 食材名 (Ingredients), and 体調子をととのえるもの (Body Regulation). Rows include items like 17 土 17, 19 月 19, 20 火 20, 21 水 21, 22 木 22, 23 金 23, 24 土 24, 26 月 26, 27 火 27, 28 水 28, 29 木 29, 30 金 30.

6月4日から「歯と口の健康週間」が始まります。健康な体は健康な歯と口から！ しっかりかんで食べることで、だ液がたくさん出て、消化がよくなり、歯や口の汚れを洗い流してくれます。噛むことを意識したい☆もぐもぐ献立☆を取り入れています☆ 虫歯を予防して、大切な歯を守りましょう。

今月のねらい いろいろな食べ物に慣れる 丁寧に手を洗う 旬の食材 カレイ トマト ピーマン さやいんげん たら たまねぎ きゅうり メロン

「みんなで食育・楽しく食育」 国が策定した「食育推進基本計画」では、毎年6月を「食育月間」、毎月19日を「食育の日」と定めています。ご家庭でも、毎日の生活を支える「食」を、家族一緒に見直してみませんか。 ○家族団らんの食事を楽しむ ○バランスのとれた食事をとる ○生活リズムを整える ○「食」を大切にする ○衛生面に気をつける

食中毒予防は 手洗いから 外出先から帰った時、トイレの後、調理を始める前、生もの(肉、魚、卵など)をさわった時、食事をする前は、しっかり洗いましょう。

手洗い方法 ①手を水でぬらす ②手洗いせっけんをつけて泡立てる ③手のひらと甲を5回ずつ洗う ④指の間も5回ずつ洗う(親指も忘れずに) ⑤指先を手のひらに当てて円を描くように5回洗う ⑥手首を握って5回ずつ洗う ⑦水で十分にすすぐ ⑧ここまでの手順で30秒ほどかかります。手を洗った後は、清潔なタオルやペーパータオルで水気を拭き取り、乾燥させましょう。その後手指用消毒剤を使うとより有効です。爪を短く切っておくことも必要です。

* 園の行事、状況等により献立を変更する場合があります。[]内は3才未満児のみの献立です。 離乳食に使用している食材の区分表示 無印…初期(生後5、6ヶ月ごろ)・O…中期(生後7、8ヶ月ごろ)△…後期(生後9~11ヶ月ごろ)・□…完了期(生後12~18ヶ月ごろ)・×…離乳食に使用しない

6/5(月)と6/22(木)につぎましては、3・4・5才児に玄米入りご飯を提供します。