

6月園だより

令和3年6月1日(火)発行 中妻子供の家保育園 23-5550 担当 永井

いよいよ6月に入り、もうすぐ梅雨の季節がやってきますね。梅雨時期は、気温の差があり、体調を崩しやすい季節です。健康面や衛生面に気を付けながら、快適に過ごしていきましょう。

先月は、感染対策をしながら、ぱんだ組(5歳児)は、ピクニックや保育参観を行いました。あいにく、ピクニックは、雨天のためホールでの活動とはなりましたが、手作りお弁当を喜んで食べていた子どもたちでした。また、保育参観では、短時間ではありましたが、保育園での子どもたちの様子をご覧頂き、ありがとうございました。このように、今年度は、工夫をしながら、出来る範囲で、行事に取り組んでいきたいと思っておりますので、ご理解の程、よろしくお願いいたします。

お知らせ

6月より、給食担当 坂本 友恵 臨時調理師が勤務しております。

また、看護担当 岡道 美枝子 臨時看護師は、5月末で退職となりましたので、ご報告させていただきます。



☆6月の行事予定☆

- 1日(月) 安全点検
- 3日(木) 歯ッピーチェック(りす・うさぎ・ぱんだ組)
- 4日(金) 歯ッピーチェック(ひよこ0・ひよこ1・ひよこ2組)
- 7日(月) ~ 25日(金) 個人面談
- 8日(火) キッズサッカー(ぱんだ組)
- 14日(月) 読み聞かせの会(うさぎ・ぱんだ組)
- 17日(木) 体育教室(うさぎ・ぱんだ組)
- 22日(火) 誕生会
- 24日(木) うさぎ組保育参観・体育教室(うさぎ・ぱんだ組)

※ 避難訓練・身体測定

~子育て支援センター行事~

- 2日(水) みんなのひろば(製作遊び)

6月生まれのおともだち

☆おたんじょうび おめでとう☆

☆新しいお友達☆

☆お願い☆

- ・日中暑い日が多くなりました。半袖や肌着の着替え等補充をしましょう。
- ・汗を拭くタオル(フェイスタオル)の用意もお願いします。ひよこ2組、りす組、うさぎ組、ぱんだ組はロッカーのフックに掛けますので、紐付きのタオルを準備して下さい。ひよこ0組、1組もカバンに入れて毎日持たせて下さい。
- ・汚れ物入れ袋は、毎日持たせましょう。
- ・持ち物全てに記名をお願いします。

☆個人面談について☆

6月7日(月)~25日(金)にかけて個人面談が行われます。6月の個人面談は、新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、短時間の面談とし、ホールでの三密を避ける為、各クラス、日程を制限させていただきます。

面談の日程は、各クラス毎、玄関に掲示しておりますので、記入をお願いします。面談の際は、母子手帳、保険証を忘れずに持参しましょう。短時間ではありますが、家庭や園での様子を伝え合い、

☆各クラスより☆

《ぱんだ組》先月は、ピクニックや保育参観へのご協力、ありがとうございました。戸外では、野菜やひまわりの苗を植え、成長を楽しみにし、毎日のぞき込んでいます。早くお日様がいっぱい降り注ぎ、大きく生長してくれるといいですね。今月は、個人面談があります。家庭での様子、就学に向けてのお話等したいと思いますのでよろしくお願いします。

《うさぎ組》皆が使ったサンダルをそっと揃えたり、泣いている子にすぐに近寄り、優しく声を掛けてくれるお友達が見られました。優しい心を大事にしていきたいですね。今月は個人面談があります。園での様子を知らせたり、ご家庭での様子を伺いたいと思っておりますので、よろしくお願い致します。

《りす組》天気の良い日には元気に外遊びを楽しんでいます。ダンゴムシやカタツムリを探したり草花の観察をしたり等、自然に触れながら遊んでいます!身の周りの事にも頑張っており取り組んでいますよ!

《ひよこ2組》天気の良い日は園庭で遊び、すべり台や砂遊びを楽しむひよこ2組さん。靴の出し入れも自分のマークを覚え、少しずつできるようになってきましたよ。また、誘導ロープで歩く練習も上手になってきました。今月は梅雨に入るので、室内での活動も楽しめるようにしていきたいです。気温差が大きい時期なので、体調管理に気を付けながら、着替え(半袖・長袖)の補充もお願いしますね。

《ひよこ1組》毎日変わる天候に少し体調を崩すお友達もいますが、笑顔で登園してくれる姿を見てこちらも元気もらっています。今月も天気の良い日は園庭で遊んだり散歩に行ってみようと思います。また、6月7日から個人面談が始まります。お忙しい時間とは思いますが、よろしくお願い致します。

《ひよこ0組》天気の良い日は散歩車に乗って外気浴をしたり、外靴を履いて散歩遊びを楽しんでいます。今月も戸外活動を多く取り入れながらも、梅雨時期の室内遊びを工夫し、元気に過ごしていきたいです。





6月の献立表



ひよこ組・ひよこ1組・ひよこ2組 中妻子供の家保育園

月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日
	牛乳	ヨーグルト	牛乳	ヨーグルト	牛乳
	炒り卵の中華風あんかけ 岩布とツナソテー チンゲン菜のナムル 野菜(大根)スープ 果物 御飯	鮭のマリネ れんこんの青のりチーズ炒め ブロッコリーのごま和え みそ汁 御飯 果物	もちもちシュウマイ 筑前煮 ほうれん草のなめ茸和え 御飯 みそ汁 果物	カレーうどん 茹卵のマヨネーズソースかけ キャベツのゆかり和え トマト 果物	食パン チキンスープカレー 果物
	豆乳小倉寒天 せんべい	塩焼きそば 麦茶	チーズハムパイ 麦茶	ぐりとぐらカステラ 牛乳	ヨーグルト お菓子
エネルギー 422Kcal たんぱく質 15.8g 脂質 12.7g	エネルギー 340Kcal たんぱく質 15.7g 脂質 5.5g	エネルギー 432Kcal たんぱく質 18.0g 脂質 15.6g	エネルギー 419Kcal たんぱく質 21.3g 脂質 17.7g	エネルギー 437Kcal たんぱく質 17.6g 脂質 14.6g	
7日	8日	9日	10日	11日	12日
牛乳	牛乳	ヨーグルト	牛乳	ヨーグルト	牛乳
五目納豆 ツナじゃが 胡瓜の酢の物 みそ汁 御飯 果物	チキン南蛮 小松菜と厚揚げの煮びたし ブロッコリー赤黄和え みそ汁 果物 御飯	たらのゴマ焼き 切干大根の煮物 胡瓜とトマトの和え物 みそ汁 果物 御飯	卵の袋煮 スパゲティオーロラサラダ 茄子のみそ炒め みそ汁 御飯 果物	チャンボン 豆腐のツナマヨ焼き 長芋の甘みそかけ 果物	鶏肉ラーメン 果物
エネルギー 439Kcal たんぱく質 16.1g 脂質 14.8g	エネルギー 532Kcal たんぱく質 27.0g 脂質 16.9g	エネルギー 480Kcal たんぱく質 20.7g 脂質 11.1g	エネルギー 434Kcal たんぱく質 17.9g 脂質 16.5g	エネルギー 514Kcal たんぱく質 21.5g 脂質 16.9g	エネルギー 339Kcal たんぱく質 13.6g 脂質 6.8g
14日	15日	16日	17日	18日	19日
牛乳	ヨーグルト	牛乳	牛乳	ヨーグルト	牛乳
ピピンパ丼 トマト ブロッコリーのチーズ焼き ワンタンスープ 御飯 果物	赤魚の香味ソース さつまいものいとこ煮 小松菜の五目和え みそ汁 御飯 果物	肉豆腐 和風サラダ 卵ともやしのカレーソテー みそ汁 御飯 果物	スパニッシュオムレツ ジャーマンポテト キャベツとコーンのサラダ 春雨と青梗菜のスープ 御飯 果物	しらすのかき揚げ うどん 中華風冷やっこ ブロッコリーみそネーズ和え 果物	ロールパン ふわふわ卵とじ野菜スープ 果物
エネルギー 520Kcal たんぱく質 17.8g 脂質 13.0g	エネルギー 412Kcal たんぱく質 16.0g 脂質 8.3g	エネルギー 442Kcal たんぱく質 17.5g 脂質 13.1g	エネルギー 485Kcal たんぱく質 18.1g 脂質 15.6g	エネルギー 400Kcal たんぱく質 16.9g 脂質 13.7g	エネルギー 314Kcal たんぱく質 10.6g 脂質 10.2g
21日	22日 誕生会	23日	24日	25日	26日
ヨーグルト	牛乳	牛乳	牛乳	ヨーグルト	牛乳
2色そぼろ丼 人参しりしり ささみときゅうりの中華和え みそ汁 御飯 果物	カツカレー ポテトサラダ トマト コーンスープ 御飯 果物	竹輪フライ タルタルソースかけ スパゲティナポリタン キャベツの塩昆布和え みそ汁 果物 御飯	茄子のはさみ揚げ 法蓮草の三色ナムル 南瓜の煮物 みそ汁 果物 御飯	冷し中華 五目きんぴら 小松菜ののりしょう油和え 岩布と人参のスープ 果物	かしわうどん バナナ
エネルギー 444Kcal たんぱく質 19.0g 脂質 14.9g	エネルギー 544Kcal たんぱく質 18.7g 脂質 17.1g	エネルギー 485Kcal たんぱく質 16.0g 脂質 17.9g	エネルギー 493Kcal たんぱく質 20.2g 脂質 12.6g	エネルギー 366Kcal たんぱく質 14.0g 脂質 6.1g	エネルギー 342Kcal たんぱく質 18.1g 脂質 8.0g
28日	29日	30日	<h2>梅雨が始めます</h2> <p>雨の多い季節になりました。気温や湿度が高くなり、食欲もダウンしがちになります。晴れた日には外で体をしっかり動かし、おなかを空かせてモリモリ食べて、元気な体を作りましょう！</p>		
牛乳	ヨーグルト	牛乳			
鶏手羽と卵ののり甘辛煮 蛇腹胡瓜のごま油和え ごぼうのサラダ みそ汁 御飯 果物	たらのオランダ焼き ほうれん草のソテー ラタトゥイユ カブと豚肉のスープ 御飯 果物	厚揚げの酢豚風 ほうれん草のミモザサラダ 春雨サラダ みそ汁 御飯 果物			
エネルギー 412Kcal たんぱく質 15.4g 脂質 13.1g	エネルギー 482Kcal たんぱく質 22.3g 脂質 14.0g	エネルギー 420Kcal たんぱく質 13.4g 脂質 15.6g			

給食室からお知らせ

★今月から一緒に給食を作る先生が加わりました。臨時調理師の坂本友恵先生です。よろしくお願いいたします。

★梅雨の季節です。コップ、おしぼりなど、毎日使う物の衛生管理をお願いします。

焼きドーナツ (5個分)

材料

- ★ホットケーキミックス…100g
- ★絹ごし豆腐…115g
- ★粉糖…適宜

作り方

- ①豆腐をつぶし、ホットケーキミックスとよく混ぜ合わせる。
- ②ドーナツの型に生地を流し、180℃に予熱したオーブンで15分～20分ほど、ほんのり焼き色が付くまで焼く。
- ③②に粉糖をかけて完成。

1人あたりの栄養価

- エネルギー 161kcal
- たんぱく質 6.0g
- カルシウム 143mg

ミニトマトとプチトマトは違う？

ミニトマトとプチトマトは同じものだと思われがちですが、実は明確な違いがあります。ミニトマトは、重さ10g～20g程度の小さなトマトの総称。プチトマトは、種のメーカーが開発した品種の1つで、商品名なのです。



6月の献立表



りす組・うさぎ組・ぱんだ組 中妻子供の家保育園

月	火 1日	水 2日	木 3日	金 4日	土 5日
	炒り卵の中華風あんかけ 若布とツナソテー チンゲン菜のナムル 野菜スープ 果物	鮭のマリネ れんこんの青のりチーズ炒め ブロッコリーのごま和え みそ汁 果物	もちもちシュウマイ 筑前煮 ほうれん草のなめ茸和え みそ汁 果物	ご飯はいりません カレーうどん 茹卵のマヨネーズソースかけ キャベツのゆかり和え トマト 果物	ご飯はいりません 食パン チキンスープカレー 果物
	豆乳小倉寒天 せんべい	塩焼きそば 牛乳	チーズハムパイ 牛乳	ぐりとぐらカステラ 牛乳	ヨーグルト お菓子
	エネルギー 337Kcal たんぱく質 15.4g 脂質 12.2g	エネルギー 338Kcal たんぱく質 22.7g 脂質 11.1g	エネルギー 406Kcal たんぱく質 21.1g 脂質 19.8g	エネルギー 407Kcal たんぱく質 20.2g 脂質 17.5g	エネルギー 465Kcal たんぱく質 17.8g 脂質 13.3g
7日	8日	9日	10日	11日	12日
五目納豆 ツナじゃが 胡瓜の酢の物 みそ汁 果物	チキン南蛮 小松菜と厚揚げの煮びたし ブロッコリー赤黄和え みそ汁 果物	たらのゴマ焼き 切干大根の煮物 胡瓜とトマトの和え物 みそ汁 果物	卵の袋煮 スパゲティオーロラサラダ 茄子のみそ炒め みそ汁 果物	ご飯はいりません チャンボン 豆腐のツナマヨ焼き 長芋の甘みそかけ 果物	ご飯はいりません 鶏肉ラーメン 果物
ハインケーキ 牛乳	人参フリッツ ジョアプレーン	どちおとめサンド 牛乳	チヂミしらす入り 牛乳	メロンパン(手作り) 牛乳	飲み物 お菓子
エネルギー 414Kcal たんぱく質 18.8g 脂質 18.2g	エネルギー 452Kcal たんぱく質 29.0g 脂質 17.7g	エネルギー 428Kcal たんぱく質 24.0g 脂質 13.2g	エネルギー 409Kcal たんぱく質 21.4g 脂質 21.3g	エネルギー 640Kcal たんぱく質 26.1g 脂質 23.2g	エネルギー 303Kcal たんぱく質 14.1g 脂質 4.3g
14日	15日	16日	17日	18日	19日
ビビンバ丼(具のみ) トマト ブロッコリーのチーズ焼き ワンタンスープ 果物	赤魚の香味ソース さつまいものいとこ煮 小松菜の五目和え みそ汁 果物	肉豆腐 和風サラダ 卵ともやしのカレーソテー みそ汁 果物	スパニッシュオムレツ ジャーマンポテト キャベツとコーンのサラダ 春雨と青梗菜のスープ 果物	ご飯はいりません しらすのかき揚げ うどん 中華風冷ややっこ ブロッコリーみそネーズ和え 果物	ご飯はいりません ロールパン ふわふわ卵とじ野菜スープ 果物
サーターアンダギー 牛乳	ロールケーキ 牛乳	ミルクわらび餅 グリコ野菜&フルーツ ハッピーターン	ミルクココアラスク ジョアプレーン	焼カレーパン(手作り) 牛乳	ゼリー お菓子
エネルギー 363Kcal たんぱく質 18.0g 脂質 16.0g	エネルギー 355Kcal たんぱく質 18.8g 脂質 10.5g	エネルギー 387Kcal たんぱく質 19.2g 脂質 12.9g	エネルギー 403Kcal たんぱく質 17.1g 脂質 17.1g	エネルギー 495Kcal たんぱく質 20.5g 脂質 18.7g	エネルギー 380Kcal たんぱく質 12.0g 脂質 10.6g
21日	22日 誕生会	23日	24日	25日	26日
二色そぼろ丼(具のみ) 人参しりしり ささみときゅうりの中華和え みそ汁 果物	カツカレー ポテトサラダ トマト コーンスープ 果物	竹輪フライ タルタルソースかけ スパゲティナポリタン キャベツの塩昆布和え みそ汁 果物	茄子のはさみ揚げ 法蓮草の三色ナムル 南瓜の煮物 みそ汁 果物	ご飯はいりません 冷し中華 五目きんぴら 小松菜ののりしょう油和え 若布と人参のスープ 果物	ご飯はいりません かしわうどん 果物
バナナおからケーキ 牛乳	ビスケット りんご果汁	フルーツヨーグルト クラッカー	ピザトースト ジョアプレーン	たぬきおにぎり 麦茶	ヨーグルト お菓子
エネルギー 364Kcal たんぱく質 19.5g 脂質 18.4g	エネルギー 483Kcal たんぱく質 19.1g 脂質 18.3g	エネルギー 424Kcal たんぱく質 15.4g 脂質 20.0g	エネルギー 412Kcal たんぱく質 19.7g 脂質 12.9g	エネルギー 445Kcal たんぱく質 16.4g 脂質 7.7g	エネルギー 350Kcal たんぱく質 18.5g 脂質 5.6g
28日	29日	30日	 梅雨が始まります 雨の多い季節になりました。気温や湿度が高くなり、食欲もダウンしがちになります。晴れた日には外で体をしっかり動かし、おなかを空かせてもりもり食べて、元気な体を作りましょう！ 		
鶏手羽と卵の旨辛煮 蛇腹胡瓜のごま油和え ごぼうのサラダ みそ汁 果物	たらのオランダ焼き ほうれん草のソテー ラタトゥイユ カブと豚肉のスープ 果物	厚揚げの酢豚風 ほうれん草のミモザサラダ 春雨サラダ みそ汁 果物			
エネルギー 381Kcal たんぱく質 17.7g 脂質 16.8g	エネルギー 395Kcal たんぱく質 25.6g 脂質 16.7g	エネルギー 376Kcal たんぱく質 14.8g 脂質 19.3g			

給食室からお知らせ

- ★今月から一緒に給食を作る先生が加わりました。臨時調理師の坂本友恵先生です♪よろしくお願ひします。
- ★梅雨の季節です。コップ、おしぼりなど、毎日使う物の衛生管理をお願いします。

焼きドーナツ (5個分)

材料

- ★ホットケーキミックス…100g
- ★絹ごし豆腐…115g
- ★粉糖…適宜

作り方

- ①豆腐をつぶし、ホットケーキミックスとよく混ぜ合わせる。
- ②ドーナツの型に生地を流し、180℃に予熱したオーブンで15分～20分ほど、ほんのり焼き色が付くまで焼く。
- ③②に粉糖をかけて完成。

1人あたりの栄養価

- エネルギー 161Kcal
- たんぱく質 6.0g
- カルシウム 143mg

ミニトマトとプチトマトは違う？

ミニトマトとプチトマトは同じものだと思われがちですが、実は明確な違いがあります。ミニトマトは、重さ10g～20g程度の小さなトマトの総称。プチトマトは、種のメーカーが開発した品種の1つで、商品名なのです。