

令和4年6月1日(水)発行 中妻子供の家保育園 23-5550 担当 菊池

6月に入り、もうすぐ梅雨の季節になりますね。梅雨時期は気温の寒暖差があり、体調を崩し やすい時期です。体調や衛生面に気を付けながら無理なく元気に過ごしていきたいですね。

5月は、天気の良い日には散歩や戸外活動などの活動を積極的に行い、自然に触れながら伸び伸びと体を動かして遊ぶことが出来ました。今月は室内での活動が多くなりますが、遊びの工夫をしながら気分転換を図り、楽しく過ごせるようにしていきたいと思います。



## ☆行事予定☆

1日(水)安全点検

歯ッピーチェック(3.4.5歳児)

- 2日(木) 歯ッピーチェック(O.1.2 歳児)
- 6日(月)個人面談(~24日(金)まで)
- 9日(木)体育教室(4.5歳児)
- 10日(金)身体測定
- 14日(火) 読み聞かせの会(4.5歳児)
- 21日(火)誕生会
- 23日(木)体育教室(4.5歳児) 4歳児保育参観
- 30日(木) 歯科検診

#### ☆子膏で支援センター☆

7日(火) みんなのひろば (給食を食べてみよう!)

15日(水)のびのびサークル(はじまりの会)

22日(水) みんなのひろば

(お散歩へ行こう!)



# お誕生日おめでとう!





# 

【ぱんだ組】先月は保育参観に参加していただき、ありがとうございました。今月の個人面談ではお子さんの成長や就学に向けて、家庭と協力していきたいことについてお話したいと思いますのでよろしくお願いします。

【うさぎ組】 天気の良い日は、戸外遊びを楽しんでいます。だるまさんがころんだやおにごっこ等、少しずつルールのある遊びを好んで楽しむようになってきました。今月は梅雨の季節となりますが、活動を工夫し、楽しく過ごせるようにしたいと思います。

【りす組】5月も体調を崩す子も少なく、全員で元気に過ごせました。天気の良い日は戸外に出て体をいっぱい動かして遊んでいます♪6月に入り暑い日が続くと思います。着替えや水分補給をしながら元気に過ごしていきたいです!

【ひよこ2組】天気の良い日には戸外活動や外気浴などを楽しんでいる子どもたちです。製作や初めての遊びにも興味を持って取り組んでいますよ♪6月は梅雨入りとなり、室内での活動が多くなるので、遊びを工夫しながら楽しんでいきたいと思います!

【ひよこ 1 組】天気が良い日は、散歩や外気浴、砂遊びなどの戸外活動を楽しんでいます。虫や草花など自然物にも興味津々の子どもたちです。梅雨入りの季節となりますが、室内遊びも工夫しながら元気に過ごしたいです。

【ひよこ ○組】 5 月から 2 名、6 月から 2 名の新しいお友だちが入り、計 5 名になったひよこ ○組です!毎日元気にはいはいや歩行を楽しんでいます♪天気が良く、体調の良い日はたくさん外に出たいと思っています。6 月も元気に過ごしましょうね。

### ☆個人面談について☆

6月6日(月)~24日(金)の期間、個人面談が行われます。昨年と同様、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ため、各クラス、日程を制限させていただきます。

面談の日程は、各クラスごと、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、子どもの成長に役立てていきたいと思いますので、ご協力をよろしくお願いします。







中妻子供の家保育園

N4-	牛皮	`	TJ/	1111		中妻子供の家保育園
曜日	月	火	水	木	金	土
日付			1	2	3	4
未満児	梅雨の季節がやっ	てきました。雨の日	 グリコりんご果汁	 牛乳	 元気ヨーグルト	 牛乳
おやつ		<b>、機会が減り、食欲が</b>	豚肉の生姜焼き	納豆入りすり身揚げ	野菜ラーメン	ツナサンド
	落ちたり、体力か	落ちることがありま	ブロッコリーのおかかマヨ和え		カレー風味卵焼き	卵スープ
給食	す。食中毒が多く	発生する時期でもあ	キャベツと人参のサラダ		小松菜の海苔和え	果物
WO IX		防と体調管理に気を	味噌汁•果物	味噌汁・果物	果物	
	付けて過ごしまし	んよう。	414-071 NO 110	414-071 NC16	御飯はいりません	御飯はいりません
			小倉ホットケーキ	ウィンナーパイ	五平餅	飲み物
おやつ	0	基準値	牛乳	以:牛乳 未:麦茶	牛乳	お菓子
エネルギー	*	以 400 kcal 未 480 kca				,
たんぱく質	33	24.0 g 20.0 g	20.9 g 18.5 g	23.8 g 20.0 g	26 g 21.5 g	16.7 g 18.6 g
脂質	Carry Co.	16.0 g 14.0 g	20.2 g 15.7 g	22 g 17.5 g	15.8 g 12.6 g	14 g 15.0 g
<b>建</b> 塩相当量		2.3 g 2.2 g	1.5 g 1.1 g	2.2 g 1.6 g	3.2 g 2.2 g	1.9 g 1.7 g
日付	6	7	8	9	10	11
未満児	 牛乳	 元気ヨーグルト	牛乳	グリコ野菜&フルーツ	 元気ヨーグルト	 牛乳
おやつ	ハムエッグ	サルサ丼(タコライス)	竹輪の磯辺揚げ	高野豆腐そぼろ	和風ツナスパゲティ	ーデューー 十勝バタースティック
	野菜炒め	マカロニサラダ	ほうれん草のミモザサラダ		シーザーサラダ	チーズ
給食	南瓜の天ぷら	スナップえんどうの塩茹で			一口がんもの含煮	ポテトスープ
心区	清まし汁・果物	野菜スープ・果物	マガロニグテヤックラブー   味噌汁・果物	せんべい汁・果物	果物	果物
	月のレハ・木彻	おおく ノ・木棚	970日/1 木彻	C70: N 1/1 * 木柳	未物 御飯はいりません	未初 御飯はいりません
	 黒糖ラスク	みたらし団子	ソフール	ココア蒸しパン	練乳サンド	ゼリー
おやつ	以:牛乳・未:麦茶	牛乳	ハッピーターン	4乳	牛乳	お菓子
エネルギー						
たんぱく質	21 g 17.6 g	17 g 17.3 g	18.3 g 19.3 g	20.9 g 19.1 g	21.4 g 22.7 g	9.4 g 10.1 g
脂質	23 g 17.4 g	18.5 g 14.8 g	14.4 g 13.9 g	16.1 g 11.6 g	23.5 g 22.2 g	12.9 g 13.4 g
食塩相当量	2 g 1.4 g	2.2 g 1.6 g	1.9 g 1.4 g	1.9 g 1.6 g	2.4 g 2.1 g	0.7 g 0.5 g
日付	13	14	15	16	17	18
未満児	 元気ヨーグルト	グリコりんご果汁	牛乳	牛乳	元気ヨーグルト	
おやつ	鶏肉のマーマレード焼		塩マーボ豆腐	鶏の塩麹焼き	五目あんかけうどん	おにぎり
	サツマイモのサラダ	ポークビーンズ	シルバーサラダ	ひじきの炒め煮	豆腐の味噌グラタン	ウィンナー
給食	キャベツとコーンの中華和		南瓜の煮物	キャベツの胡麻マヨ和え	じゃが芋とツナのサラダ	味噌汁・果物
WO DO	スープ・果物	味噌汁・果物	味噌汁•果物	味噌汁・果物	果物	
	)	311-11 NC10	414-071 NO 110	414-071 NC16	御飯はいりません	御飯はいりません
	ーロパリパリピザ	卵サンド	手作りクッキー	マシュマロサンド	チーズパン	飲み物
おやつ	牛乳	牛乳	以:牛乳 未:麦茶	以:牛乳 未:麦茶	牛乳	お菓子
エネルギー			l以 449 kcal 未 465 kcal			以 477 kcal 未 462 kca
たんぱく質	26 g 23.0 g	23.5 g 19.6 g	17.6 g 19.3 g	20 g 17.1 g	28.6 g 23.3 g	12.8 g 14.1 g
脂質	18 g 13.9 g	18.3 g 14.3 g	24.7 g 13.9 g	17.3 g 13.6 g	22.5 g 17.3 g	12.9 g 14.5 g
食塩相当量	2.1 g 1.5 g	2.4 g 1.7 g	1.9 g 1.4 g	1.9 g 1.4 g	2.7 g 1.9 g	1.4 g 1.1 g
日付	20	21 誕生会	22	23	24	25
未満児	元気ヨーグルト	牛乳	牛乳	グリコ野菜&フルーツ	元気ヨーグルト	元気
おやつ	ふわふわ親子丼	豆腐入りハンバーグ	五目納豆	ポテトオムレツ	クリームシチュー	ホットドッグ
	小松菜とちくわのお浸し	ポテトサラダ	春雨サラダ	大根サラダ	カレーピラフ	ベビーチーズ
給食	マセドアンサラダ	ブロッコリーカレー味	さつま芋の天ぷら	法蓮草ともやしのナムル	コールスローサラダ	ミニトマト
	味噌汁•果物	赤黄ピーマンソテー	豚汁•果物	味噌汁・果物	ミニトマト・果物	牛乳
		スープ・果物			御飯はいりません	御飯はいりません
おやつ	葱とおかかのもちもちお焼	き おからのバースデーケーキ	グラノーラヨーグルト	揚げパン	かえるパン	飲み物
83 (O )	牛乳	グリコりんご果汁	星たべよ	牛乳	牛乳	お菓子
エネルギー						
たんぱく質	21.7 g 21.2 g	18.3 g 18.2 g	18.9 g 18.6 g	17.6 g 16.2 g	31.1 g 25.0 g	12.0 g 14.1 g
脂質	15.7 g 13.1 g	20.2 g 18.2 g	19.2 g 17.4 g	20.7 g 16.1 g	26.3 g 20.0 g	14.0 g 14.5 g
(塩相当量	3.2 g 2.3 g	1.8 g 1.4 g	2.1 g 1.5 g	2.4 g 1.7 g	3.2 g 2.3 g	1.1 g 1.1 g
日付	27	28	29	30 歯科検診		
未満児 おやつ	牛乳	元気ヨーグルト	グリコ野菜&フルーツ	牛乳		
	ミートボールトマトソー	ス 擬製豆腐	卵グラタン	揚げ魚の三色あんかけ	子どもと一緒に♪ <b>かぶの</b>	もみもみサラダ
	スパゲティカレーマヨサラ	ダ すき昆布とひじきの炒め煮	磯香浸し	金時豆の煮豆		_
給食	ブロッコリーごま酢和。	え キャベツと若布の酢味噌和え	アスパラのフライ	ごぼうとコーンのサラダ	【材料(2人分)】	
	味噌汁•果物	清まし汁・果物	スープ・果物	味噌けんちん汁・果物	○かぶ(葉つき)…   ケ ○にんじん(厚さ5mmの	
					○   ○にんしん (厚さら	∕ŦĦij⊅J`J`J` <sup>***</sup> ፭ 不Ҳ
おかつ	人参ショートブレット		青のりベークドポテト	ペンネミート	〇オリーブ油…小さじし	<b>′</b> 4
おやつ	以: 牛乳 未: 寿茶	<b>生</b> 到	ジョアプレーン	い・生乳 未・寿本	【作り方】	

先月は、献立変更や、おにぎり持参のご協力など、対応していただき、ありがとうございました。子どもたち

20.7 g

12.2 g

牛乳

21.7 g

14.8 g

395 kcal 未 463 kcal

エネルギ

たんぱく質

脂質

食塩相当量

以:牛乳 未:麦茶

20.6 g

21.0 g

448 kcal 未 417 kcal

19.6 g

10.1 g

が美味しそうに類張っている姿が、とても微笑ましかったです。 今後、食育の一環として、おにぎりを持って来てもらう日や、お弁当のお願いをする事があると思います。その際はお手紙でお知らせいたしますので、ご協力をお願いいたします。

③鍋にかぶ・にんじん・水を入れて火にかけ、沸

②クッキー型でにんじんをくりぬき、残りのにん じんは細かく切っておく。

4等分にする。(切り落とした葉4センチ程使いま

①かぶは、半分に切り、葉を切り落としてから

す。)

以:牛乳 未:麦茶

26.6 g

22.4 g

1.9 g

503 kcal 未 503 kcal

22.1 g

17.2 g

1.3 g

騰後に株の葉を入れ、サッとゆでたらザルにあけ て、水気をきる。

④ビニール袋に③を入れ、塩、オリーブ油を加え てもみもみ!完成!

ジョアプレーン

23.9 g

20.1 g

440 kcal 未 503 kcal

21.4 g

14.9 g

1.6 g