



2022. 6月の献立



田町保育園

日	献立	3歳未満児10時おやつ	15時おやつ
1	水 雑穀ごはん レタススープ アスパラ肉巻き きのことサラダ 昆布佃煮 オレンジ	白い風船	じゃが芋もち 牛乳
2	木 おむすび マーボー豆腐 いか煮物 ナムル パナナ	カルシウムせんべい	ねじり菓子 牛乳
3	金 たきこみごはん 肉じゃが さわら木の芽焼き 大根酢の物 グレープフルーツ	お野菜せんべい	カルピスゼリー 鉄ウエハース
4	土 (お弁当の日)		
5	日		
6	月 サンドイッチ ラタトゥイユ わかめコーンサラダ 夏ミカン 牛乳	マリー	のりおむすび ごま煮干し
7	火 麦ごはん 小松菜スープ 豆腐ハンバーグ コロコロサラダ りんご	味しらべ	レーズンホットケーキ 牛乳
8	水 肉うどん 野菜天ぷら きゅうり酢の物 グレープフルーツ	五穀ビスケット	ココアカップケーキ 牛乳
9	木 たくあんごはん 鶏団子汁 焼きさけ かぼちゃサラダ オレンジ	クラッカー	フレンチトースト 牛乳
★10	金 お花すし 花麩みそ汁 鶏肉マーマレード焼き ほうれん草お浸し さくらんぼ パナナ	ブルーベリーウエハース	フルーチェ
11	土 チキンカレー グリーンサラダ グレープフルーツ 牛乳	ぱりんこ	菓子
12	日		
13	月 ふりかけごはん 卵スープ 新じゃがコロッケ ブロッコリーサラダ りんご	カルシウムウエハース	プリン
14	火 ホットドッグ 野菜スープ ひじきサラダ 夏ミカン	おむすびせんべい	みたらし団子 牛乳
15	水 麦ごはん 根菜とがんもどき煮 鶏肉コーンマヨ焼き 小松菜昆布和え オレンジ	白い風船	中華むしパン 牛乳
16	木 ゆかりごはん けんちん汁 カレイ照り焼き キャベツ中華和え 金時豆煮 りんご	カルシウムせんべい	マシュマロサンド 牛乳
17	金 ベーコントマトスパゲッティ 大根スープ フレンチサラダ チーズ 牛乳 グレープフルーツ	ビスコ	小松菜ツナおむすび
18	土 親子丼 大根酢の物 パナナ 牛乳	お野菜せんべい	菓子
19	日		
20	月 雑穀ごはん えのきみそ汁 さば梅しそ焼き 3色和え かぼちゃ煮 オレンジ	五穀ビスケット	焼きそば 牛乳
★21	火 赤飯 わかめスープ 春巻き 豆腐サラダ すいか	ビスケット	かたつむりケーキ いちご牛乳
22	水 みそラーメン レバーカレー炒め 水菜和えもの パナナ 牛乳	マリー	あじさいゼリー
23	木 ハヤシライス しらすサラダ フルーツヨーグルト	鉄ウエハース	せんべい 牛乳
24	金 パセリバターライス なすスープ チーズオムレツ ごぼうサラダ グレープフルーツ	味しらべ	抹茶クッキー 牛乳
25	土 そぼろごはん チンゲン菜酢の物 りんご 牛乳	ぱりんこ	菓子
26	日		
27	月 レーズンロールパン パンプキンスープ さけフライ 春雨サラダ グレープフルーツ	ビスコ	ぼたもち 牛乳
28	火 ピースごはん オクラすまし汁 干草焼き ささみとキャベツみそ和え りんご	おむすびせんべい	チーズスティック 牛乳
29	水 麦ごはん 五目汁 牛肉しぐれ煮 ポテトサラダ オレンジ	カルシウムウエハース	マンゴーケーキ 牛乳
30	木 わかめごはん にらみそ汁 チキンステーキ キャベツおかか和え 人参グラッセ すいか	クラッカー	あんフランスパン 牛乳

* 行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承下さい。

* 3歳未満児の10時おやつにはスキムミルクが付きます。



行事食	
10日(金)	花の日
21日(火)	お誕生会

6月にはお買い物ごっこがあります♪おもちゃやアクセサリ、食べ物などいろいろと買えちゃいます。

こどもたちは”ごっこあそび”が大好きですね♡

お料理などのごっこあそびも食に興味を持つきっかけにもなりますね。



子どもは本物が大好きです。使わなくなったしゃもじやフライ返しといった調理器具を、砂場など外あそび用のおもちゃにすると、葉っぱや木の実を食べ物に見立ててお料理作りが始まることもあります。お部屋でも、エプロンや三角きんを身につけて、おままごと用のおもちゃの野菜を切ったり、フライパンで炒めたり…子どもは家庭での台所のようなすをよ〜く観察しています。おままごとのイメージは台所に立つお母さんの姿なのですね。



食事のお手伝いもこどもの健やかな成長を促します★

お手伝いによって得られる5つの効果

- ①自信がつく
- ②責任感が生まれる
- ③家族間でコミュニケーションがとれる
- ④手指の発達につながる
- ⑤工夫することを覚える



朝から晩までアクセル全開で家事や育児、仕事に追われる日々の中では、分かっているけど失敗に強く言ってしまうたり、じっくり待たずできなくなってしまいます。。。ある程度時間と気持ちに余裕があるときに子どもにお手伝いをしてもらう機会を作りましょう☆