



6月園だより

認定こども園 清涼保育園

雨が降って外で遊ばなくても子どもたちは色々な遊びを生み出します、保育室で飼育中のものをじっくりと観察する力も身につけてきます。今月は子どもたちの見たい！知りたい！という気持ちを大切にしていって 雨を楽しむ保育をしたいと思えます

今月の予定

- 9日 生活安全指導
- 12日 歯科検診
- 15日 保育参観(もみじ組)
- 15日 身体測定
- 20日 保育参観(桃組 桜組)
- 28日 避難訓練

今月のねらい

もみじ組

1. 梅雨ならではの自然や生き物に触れ命の不思議さに気付く
2. 友達同士で思いや考えを伝えあいながら一緒に遊ぶことを楽しむ
- 3.七夕について興味を持ち製作に取り組む

桜組

1. 自分の好きな遊びを楽しみながら 友達のしていることにも興味を持ち関わって遊ぶ
2. 梅雨期の自然に興味を持つ
3. 身の回りのことを自分で行おうとする

桃組

1. 梅雨期ならではの自然の様子や身近な生き物に興味を持って関わる
2. 保育者やお友達と一緒に水や土に触れ色々な遊びを楽しむ
3. 絵本や歌 手遊びを通して簡単な言葉の繰り返しを楽しむ

お願い

1. この時期は 汗をかき着替えることも多くなります。衣類には必ず記名してください。
2. 傘を振り回したり 遊んだりすると怪我や事故につながる場合があります「振り回さない」「遊ばない」「使わないときは先端を下に向ける」など安全に使用する事をご家庭でも お話して頂くようお願い致します。



5月は畑でじゃが芋の収穫
夏野菜の植え付けを行いました



6月も水やり、草抜きなどお世話を頑張りましょう
懇談会のご参加有難うございました。頂いたご意見、ご要望は職員一同真摯に受け止め今後の保育に活かしていきたいと思えます。

2023 年度

6 月給食献立表

日	曜	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力になる	緑：調子を整える
1 ・ 22	木	ごはん 鱈の味醂焼き 高野豆腐の含め煮	スナックパン 牛乳	鱈 凍り豆腐 普通牛乳	精白米 三温糖 スナックパン	人参 さやいんげん 乾椎茸
2 16 30	金	ごはん 豚肉のもやし炒め なめこめかぶのじゃこ和え	ごはんピザ 牛乳	豚もも・木綿豆腐 しらす干し・普通牛乳 プロセスチーズ マグロ水煮缶詰	精白米 三温糖 ごま油	緑豆もやし・人参・ニラ ぶなしめじ・なめこ・ めかぶわかめ・ゆかり 青ピーマン・コーン缶粒
3 ・ 17	土	冷しゃぶうどん 小魚スナック バナナ	ジャムサンド 牛乳	豚もも 煮干し 普通牛乳	うどん すりごま 食パン	胡瓜 緑豆もやし トマト・バナナ 苺ジャム
5 ・ 19	月	ごはん 鶏肉と大根の煮物 アスパラの納豆サラダ	みたらし五平餅 牛乳	鶏むね 納豆 普通牛乳	精白米 マヨネーズ 三温糖 片栗粉	大根・人参 ぶなしめじ コーン缶詰粒・キャベツ アスパラガス
6 ・ 20	火	6日 ハヤシライス コールスローサラダ 20日 カレーライス コールスローサラダ	フルーツ寒天 牛乳	豚かた 普通牛乳	精白米・じゃが芋 薄力粉・マヨネーズ 三温糖・ルウ グラニュー糖	玉葱・人参・ぶなしめじ キャベツ・胡瓜・コーン缶詰粒 粉寒天・蜜柑缶・黄桃缶 パイン缶
7 ・ 27	水・ 火	ツナとひじきの混ぜご飯 キャベツの豚汁	黒糖蒸しパン 牛乳	マグロ水煮缶詰 油揚げ・大豆・鶏卵 豚もも・豆味噌 普通牛乳	精白米 薄力粉・黒砂糖 調合油	ひじき・人参・ぶなしめじ キャベツ・玉葱 えのきたけ 長葱
8 ・ 21	木・ 水	食パン 洋風ツナじゃが ヨーグルト	お煎餅 パイン缶 牛乳	マグロ水煮缶詰 ヨーグルト 普通牛乳	食パン じゃが芋 お煎餅	玉葱・人参 キャベツ さやいんげん パイン缶
9 ・ 23	金	ごはん 厚揚げとじゃが芋の 肉味噌かけ キャベツの塩昆布和え	豆乳葛餅 牛乳	生揚げ・鶏挽肉 豆味噌・きな粉 調整豆乳 普通牛乳	精白米 じゃが芋 三温糖 片栗粉・くず粉	人参・玉葱・乾椎茸 キャベツ 緑豆もやし 塩昆布
10 ・ 24	土	五目御飯 具沢山味噌汁	きな粉サンド 牛乳	鶏挽肉・油揚げ 生揚げ・豆味噌 きな粉・調整豆乳 普通牛乳	精白米 じゃが芋 食パン 三温糖	人参・牛蒡 ぶなしめじ キャベツ えのきたけ・長葱
12 ・ 26	月	ごはん 鱈の南蛮漬け 冬瓜ともずくのスープ	マカロニココア 牛乳	鱈 きな粉 普通牛乳	精白米 片栗粉 調合油 三温糖・マカロニ	玉葱・人参 青ピーマン 冬瓜・もずく オクラ
13 ・ 29	火・ 木	ロールパン ミネストローネ ヨーグルト	クッキー メロン 牛乳	ウインナーソーセージ ヨーグルト 普通牛乳	ロールパン マカロニ じゃが芋 クッキー	玉葱・人参・ぶなしめじ 青ピーマン トマト大豆缶詰 トマトケチャップ・メロン
14 ・ 28	水	ごはん 肉豆腐 新じゃがのそぼろあんかけ	水無月 牛乳 桃組 小豆寒天	豚もも・木綿豆腐 うぐいす豆 鶏挽肉 普通牛乳	精白米・三温糖 じゃが芋・甘納豆 片栗粉・くず粉 白玉粉・上新粉	玉葱 人参 ぶなしめじ
15	木	ごはん 豆腐ハンバーグ コーンサラダ	カステラケーキ ブルーベリー添え 牛乳	豚挽肉 木綿豆腐 普通牛乳	精白米・三温糖 片栗粉 じゃが芋 オリーブ油・カステラ	玉葱・人参・トマトケチャップ コーン缶詰粒 コーン缶詰クリーム ブルーベリー

★園で初めて口にするとおっしゃる事がないよう、献立実施までに、ご家庭で試して頂きますよう、ご協力お願い致します。

★アレルギー児に対しては、アレルギー食物を除去しております。





令和5年度 認定こども園 清涼保育園

蒸し暑い日が増えてきました。この時期は食中毒の原因となる細菌が繁殖しやすい時期です。手洗いをしっかり行い、食品の取り扱いにも十分気を付けて元気に過ごしましょう。

食中毒クイズ

カレーとサラダを作るときの注意点の2択クイズです。

お子様と一緒に考えてみてください。答えは一番下にあります。

6月は食育月間です。お子様と一緒に食事を作ってみてはいかがでしょうか

第1問 手を石鹸で綺麗に洗ったあとは何で拭く？

- ① ハンカチで拭く。 ② 着ている洋服で拭く。

第2問 カレーの肉を切るときに使った包丁とまな板はどうする？

- ① 洗わずにサラダの野菜を切る。
② 消毒してから洗って使う。

第3問 カレーはどれくらい煮込んだら完成？

- ① ふつつつしてきたからこれで完成！
② 底からかき混ぜて鍋全体にしっかり火が通るように煮たら完成！

第4問 たくさん作って余ったカレーはどうする？

- ① 少しづつ分けて冷蔵庫にしまう。 ② 鍋のまま置いておいておく。



答え



第1問 ① 洋服についた汚れが手についてしまいます。清潔なハンカチまたはペーパータオルで拭きましょう。

第2問 ② 肉には目に見えない菌がいるかもしれません。生肉を切った包丁とまな板は熱湯で消毒し、洗剤を使って洗いましょう。生肉を触った手も石鹸で洗いましょう。

第3問 ② しっかり火を通すことで食中毒の原因となる菌をやっつけることができます。

第4問 ① 小分けにして早く温度を下げることで食中毒菌の繁殖を防げます。食べるときは中まで温まるようしっかり再加熱をしましょう。

食品ロスを減らそう

いまさら聞けない、食品ロスってなんだろう？食べものは、食べれば栄養になるけれど、捨てればゴミになります。ゴミを処分するためには、多額のお金が使われます。食べものを無駄にしないよう、家庭でも食品ロスを減らすためにできることをしましょう。

食品ロスって？

本来、食べられるのに、捨てられてしまう食品の事

- ① 「食べ残し」② 期限切れなどで食べずに捨ててしまう「直接廃棄」
③ 野菜の皮の厚むきなどの「過剰除去」

食品ロスを減らすために私たちにできる事

買い物

買い過ぎない(買い物に出かける前に冷蔵庫の中などの在庫を確認する)

保存

「消費期限」安全に食べられる期限
「賞味期限」おいしく食べられる期限

よく確認
捨てないで食
べましょう

料理

- ・食材を上手に使い切る
- ・食べられる分の料理を作る
- ・食べきれなかったものは冷凍するなど、保存方法を工夫する

外食

食べきれる量を注文する

偏食

嫌いな物でも残さず食べられる習慣をつける

*園では、野菜の栽培や観察を通してみんなでおいしく食べ、食べものに感謝する取り組みを行っています。
家庭でも食を大切にする気持ちを育てましょう。