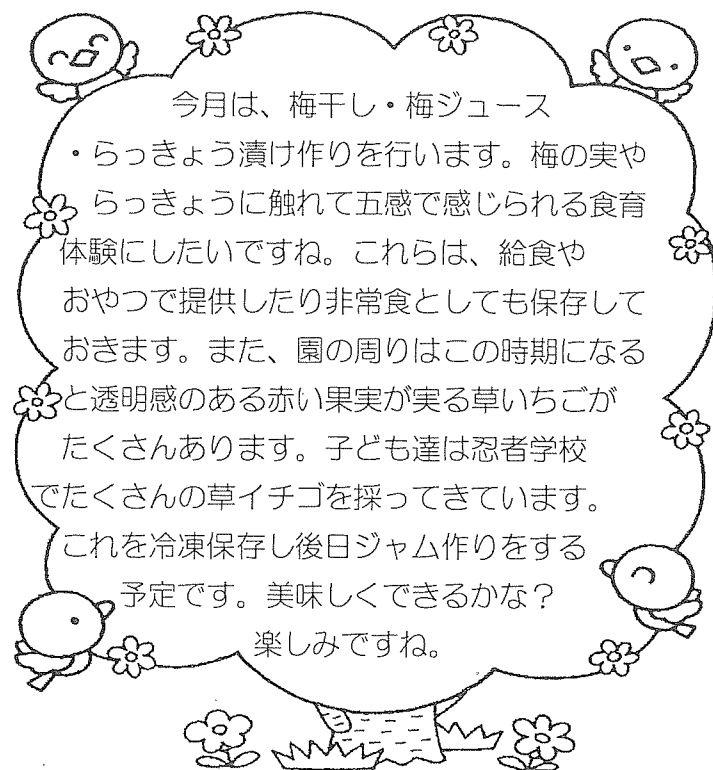




もいのキッチンだよ

2025. 6

梅雨の季節がやってきました。寒暖差が激しくなるこの季節は体調を崩しがちです。じめじめと湿度が上がってくるので食中毒などの細菌が繁殖しやすい季節でもあります。気分が下がりがちな季節ですが、体調・衛生管理には十分に気を配りましょう。



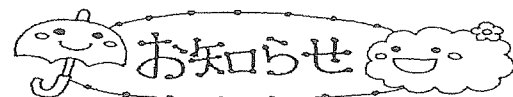
乳幼児の食事について

初めて食べることを経験する離乳食、好き嫌いや遊び食いで大人が悩みがちな幼児期の食事。子どもたちは、色々な食材と出会って美味しさを味わい、一緒に食べる人がいることで多くのことを学びます。食べることは生きる力になります。無理強いすることなく、調理の工夫で子ども達が色々な食べ物を好んで食べられるように、園でも心がけていきたいと思います。



【6月は虫歯予防月間】

歯に付きやすいスナック菓子や甘いジュースや乳酸飲料の常飲、仕上げ磨きをしていない等はありませんか？子どもが虫歯になりやすい環境や食べ物の見直しをしましょう。また、寝ているときは、唾液の分泌量が減少するため、虫歯菌が繁殖しやすくなります。少なくとも寝る前は必ず仕上げ磨きを行うことで予防することができます。



【アレルギー及び嗜好調査について】
本日、アレルギー・嗜好調査票を配布いたしました。ご家庭での食事の様子・アレルギーに関する調査についてお答えいただき、6月5日(木)までに提出していただきますようよろしくお願いいたします。

0歳児(離乳食)について

ひとりひとりの成長の様子を見ながら個別に対応しています。

1・2歳児の給食について

主食(ご飯等)、副食(おかず)、午前・午後のおやつ・スキムミルクを園で提供します。ご飯の量は1人80gが基本です。

3～5歳児の給食について

主食(ご飯等)、副食(おかず)と午後のおやつ・スキムミルクを園で提供します。ご飯の量は1人100gが基本です。

献立表

2025/06月分

東伊豆認定こども園

日	曜	10時おやつ	昼食	3時おやつ
02	月	麦茶、カルビ、さつぼろポテト	御飯、回鍋肉、ポテトサラダ、三色なます	ミルク、甘食
03	火	麦茶、アスパラガス	ハヤシライス、千種焼き、もやしとわかめのナムル	ミルク、コンブレーク
04	水	麦茶、たべっこどうぶつ	おにぎり弁当	お菓子
05	木	麦茶、ビスケット	御飯、松風焼き・豆腐いり、切干大根のサラダ、ブロッコリーのおかか和え	ミルク、ジャムパン
06	金	麦茶、とんがりコーン	御飯、さばの煮付け、きゅうりの中華和え、厚焼き玉子	ミルク、レモンケーキ
				ー
09	月	麦茶、カルビ、さつぼろポテト	御飯、鶏肉の照焼、白和え、きゅうりとイロ卵のサラダ	フルーツヨーグルト
10	火	麦茶、アスパラガス	ミートソーススパゲッティ、チキンサラダ、オムレツ	ミルク、スコーン
11	水	麦茶、たべっこどうぶつ	御飯、揚げバーの胡麻ソース、かみかみサラダ、じゃがベーコン	ミルク、いちごケーキ
12	木	麦茶、ビスケット	中華どんぶり、ごぼうサラダ、小松菜のおかか和え	ミルク、シュガーパン
13	金	麦茶、とんがりコーン	御飯、ホキノ立田揚げ、根菜とひき肉のオイスター炒め、キャベツの甘酢和え	ミルク、蒸しケーキ
16	月	麦茶、カルビ、さつぼろポテト	カレーライス、ひじきの五目煮、花野菜のサラダ	ミルク、クッキー
17	火	麦茶、アスパラガス	御飯、鶏肉のから揚げ、もやしとニラの和え物、厚焼き玉子	ミルク、ココアホットケーキ
18	水	麦茶、たべっこどうぶつ	にんじん御飯、シュウマイ、コーンの中華和え	ミルク、ポテトフライ
19	木	麦茶、ビスケット	しょうゆスパゲッティ、ひじきゴマネーズ、ほうれん草のお浸し	ミルク、ピザトースト
20	金	麦茶、とんがりコーン	ソース鰯井、粉ふき芋、きゅうりの酢の物	ミルク、カステラケーキ
23	月	麦茶、カルビ、さつぼろポテト	焼きそば、小松菜の胡麻和え、じゃがいも煮	ミルク、マカロニきな粉
24	火	麦茶、アスパラガス	御飯、酢豚、厚焼き玉子、ブロッコリーのごまあえ	ミルク、スノーボールクッキー
25	水	麦茶、たべっこどうぶつ	うめ御飯、鶏肉のマーマレード焼き、マカロニサラダ	ミルク、ドーナツごまいり
26	木	麦茶、ビスケット	御飯、ハンバーグ、うの花炒り煮、コーンマヨ和え	ミルク、バターラスク
27	金	麦茶、とんがりコーン	御飯、揚げ白身魚のあんかけ、厚焼き卵、きゃべつの胡麻マヨネーズ和え	ミルク、お焼き
30	月	麦茶	御飯、野菜たっぷりさつま揚げ、ひじき煮、切干大根のサラダ	ミルク、かぼちゃのケーキ

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児 目標量	518	20.8	15.7	222	2.2	379	0.31	0.46	25	5	1.9
充足率(%)	90	90	98	85	88	179	100	128	114	139	119
3才未満児 目標量	455	17.8	13.9	205	1.7	308	0.25	0.41	19	4	1.5
充足率(%)	98	96	109	97	74	164	100	146	95	121	100