



こんだてひょう

社会福祉法人 七光保育所
平成 29 年 6 月 1 日

梅雨の時期は食中毒が発生しやすくなります。園では手洗いや食材の取り扱いなど注意しています。ご家庭でも十分に注意してください。

調理室より



よく噛んで食べましょう

6月4日～10日までは「歯と口の健康週間」です。この時季に歯の健康を見直すのは昔からで、平安時代の6月1日には、もちなどの硬いものを食べ、健康と長寿を祈る「歯固め」の習慣がありました。よく噛むことは、食べ物の消化を助け、あごや脳の発達を促します。歯ごたえのある食材を献立に交え、よく噛んで食べるようにされてみてはいかがでしょうか？

暑い中での『親子バス遠足』となりましたが、保護者の皆様には、ご協力ありがとうございました。

今月はうっとうしい梅雨のシーズンに突入しますが、最近では異常気象などで梅雨が何事もなく終わることを願うばかりです。

『親子歯の健康教室』があります。親子で大切な歯について改めて見直す機会です。参加よろしくお願ひします。

井川仁美



日	曜	献立名	行事予定
1	木	野菜たっぷりマーボー、キャベツのごま酢和え、卵スープ	衣替え/歯科検診 移動図書交換
2	金	魚のカレー風味揚げ、みそドレッシングサラダ、すまし汁	
3	土		
5	月	五目ビーフン、ナムル	夏野菜植え(年長組)
6	火	鯖のみそ煮、煮浸し、豆腐汁	
7	水	そら豆シチュー、ひじきの中華風和え、フルーツ	太鼓練習日(年長組)
8	木	八宝菜、切干し大根ときゅうりのごま和え	内科検診(午後)
9	金	魚のマリネ、ひじきとハムのソテー、ミネストローネ	避難訓練
10	土		
12	月	ナポリタン、鉄分たっぷりサラダ	体育教室
13	火	鮭の西京焼き、三色野菜和え、麩のすまし汁	
14	水	カレーシチュー、はりはりなます、フルーツ	
15	木	豚肉のすき焼き煮、ブロッコリーときのこのサラダ、みそ汁	
16	金	アジフライ、納豆和え、コンソメスープ	布団持ち帰り日
17	土		
19	月	ジャージャー麺、じゃがいものきんぴら	体育教室/身体測定 吉中職場体験(3日間)
20	火	魚の塩焼き、和風サラダ、豚汁	
21	水	ドライカレー、トマトサラダ、フルーツ	
22	木	チリコンカーン、そうめんサラダ、すまし汁	太鼓練習日(年長組)
23	金	お楽しみ会 (白ご飯はいりません)	
24	土		食育フェア
26	月	焼き魚、かみかみ酢の物、切干し大根のみそ汁	親子歯の健康教室
27	火	お弁当の日	
28	水	ハヤシシチュー、ひじきのサラダ、フルーツ	町内年長児交流保育
29	木	凍り豆腐のふわふわ煮、おかか和え、キャベツのごま汁	移動図書交換
30	金	魚のおろし和え、梅干和え、ワンタンスープ	フール教室

