こんだてひょう

社会福祉法人七光保育所
令和３年６月１日

蒸し暑くてジメジメした気温と湿度の多い季節に多く見られるのが「細菌性」食中毒です。O-157 など十分に気をつけましょう。

調理室より

「まごわやさしい」の食事を

「まごわやさしい」は、豆・ごま・わかめ・野菜・魚・椎茸・いもの頭文字をとった言葉です。昔から、栄養バランスのとれたおいしい和食を作るときのキーワードとして知られています。これらの食材はミネラルやビタミン、カルシウムなどが豊富です。献立を考えるときに、「まごわやさしい」の食材を意識してみてはいかがでしょ

今年は、例年になく早い梅雨入りでした。

早くキラキラ輝く、夏を迎えたいものです。また、恐れていた新型コロナウイルス感染が吉賀町でも発症し拡大防止のため、ほとんどの行事が中止となり、とても残念に思います。しばらくの間は不要不急の外出をみんなで自粛して、一日も早く平常の生活ができることを願っています。子ども達は、毎日元気いっぱいに遊んでいます。職員も、子ども達の姿に元気パワーをもらいながら日々保育を張っています。

日	曜	献　立　名	行事予定
1	火	魚のチーズピカタ、ポテトサラダ、野菜スープ	
2	水	豆腐とツナのぽっとん揚げ、磯浸し、じゃが芋の味噌汁	
3	木	鮭のみそマヨ焼き、ブロッコリーのじゃこ和え、すまし汁	
4	金	そら豆シチュー、はりはりなます、フルーツ	
5	土		
7	月	きつねとじうどん、ひじききんぴら	フッ素塗布 聴力検査
8	火	魚のさっぱり煮、ツナ和え、豆腐汁	
9	水	チャプチェ、コーンサラダ、五目スープ	
10	木	鶏肉の変わり焼き、フライドポテトサラダ、切干し大根の味噌汁	歯科検診 避難訓練
11	金	ドライカレー、ひじきの和え物、フルーツ	
12	土		
14	月	イタリアン焼きそば、甘酢和え	
15	火	アジの南蛮漬け、そうめんサラダ、けんちん味噌汁	
16	水	マカロニグラタン、さわやか漬け、トマトと卵のスープ	内科検診
17	木	鮭のとろとろポテト焼き、切干し大根と厚揚げの煮物、すまし汁	
18	金	ビーフシチュー、ひじきのサラダ、フルーツ	絵本布団持ち帰り日
19	土		
21	月	野菜ラーメンスープ、アスパラサラダ	
22	火	鶏肉のみそソース焼き、切干し大根のナムル、あじさいスープ	
23	水	豚肉のすき焼き煮、おかか和え、キャベツのごま汁	
24	木	お弁当の日	
25	金	カレーシチュー、豆まめサラダ、フルーツ	
26	土		
28	月	ぶっかけそうめん、じゃが芋のそぼろ煮	
29	火	魚の香味焼き、南蛮酢和え、さつま汁	
30	水	ビビンバ、干し大根とひじきのサラダ、オニオンスープ	