



# サンサン

中央愛児園  
2024・5・24(金)  
発行者:岩切

## 6月保育予定

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	いす うさぎ おもちゃ図書館	ひよこ/いす 合同保育 水泳	うさぎ コアラ キリン	ひよこ うさぎ カンガルー	いす うさぎ パンダ	
9	10	11	12	13	14	15
	いす うさぎ 音楽療法	ひよこ/いす 合同保育 保護者研修会	うさぎ/コアラ めだか キリン	ひよこ うさぎ	いす うさぎ パンダ	
16	17	18	19	20	21	22
	いす うさぎ おもちゃ図書館	ひよこ/いす 合同保育 水泳	うさぎ コアラ キリン	ひよこ うさぎ ペンギン	いす うさぎ パンダ	
23	24	25	26	27	28	29
	いす うさぎ 音楽療法	ひよこ/いす 合同保育 水泳	うさぎ コアラ キリン	ひよこ うさぎ ラッコ	いす うさぎ パンダ	

音楽療法、合同保育、保護者研修会は全園児対象のプログラムです。

### 今月の予定

- \* 3日、17日(月) 午後はおもちゃ図書館です。
- \* 10日、24日(月) 午後は音楽療法です。
- \* 11日(火) 保護者研修会です。  
「乳幼児期の歯について」けやき歯科の三輪先生にお話して頂きます。  
日頃から歯磨きに苦勞されていたり、虫歯の心配等あると思います。  
この機会に先生に相談して健康的な歯を作れるようにしましょう。  
皆様のご参加お待ちしております！

- \* 11日(火) は給食の提供がありません。  
お弁当持参のご協力をお願いします。
- \* 歯みがき指導は5日、19日(水) です。
- ★持ち物には全て名前を記入しましょう。

- ★ご自宅で使用しないビニール袋がありましたらご寄付をお願いします。  
サイズはS~Mサイズの大きさをお願いします。

### おしらせ

<来月の予定>

- 1日、(月)おもちゃ図書館(PM)
- 8日、22日(月)音楽療法(PM)
- 23日(火)保護者研修会(PM)
- 26日(金)夏祭り



# 令和6年6月献立表

中央愛児園

日	曜日	メニュー		デザート	ドリンク	
3	月	豆腐ハンバーグ ポテトサラダ	ご飯 味噌汁	ご飯	果物	牛乳
5	水	マカロニグラタン ほうれん草と卵炒め	パン 人参コンソメスープ	パン	ゼリー	牛乳
6	木	三色丼(卵 鶏 ほうれん草) 豆腐の白和え	お吸い物	ご飯	果物	牛乳
7	月	マーボー豆腐丼 ナムル	中華スープ	ご飯	杏仁豆腐	牛乳
10	金	鮭のクラムチャウダー ブロッコリーツナサラダ	パン	パン	果物	牛乳
12	水	煮魚(タラ) じゃが芋と肉団子の煮物	味噌汁 ご飯	ご飯	果物	牛乳
13	木	味噌煮込みうどん かぼちゃのそぼろあんかけ	チーズ	麺	果物	牛乳
14	金	ポークカレー 野菜スティックピクルス		ご飯	ヨーグルト	牛乳
17	月	オムライス ブロッコリーサラダ	ポタージュスープ	ご飯	ゼリー	牛乳
19	水	ポトフ キャベツとツナのサラダ	パン	パン	ヨーグルト	牛乳
20	木	ミートソースマカロニ ほうれん草の卵炒め	コンソメスープ	マカロニ	果物	牛乳
21	金	親子丼 かぼちゃのサラダ	味噌汁	ご飯	果物	牛乳
24	月	マーボー豆腐丼 ナムル	中華スープ	ご飯	杏仁豆腐	牛乳
25	水	鮭ご飯 肉じゃが	お吸い物	ご飯	果物	牛乳
26	木	カレーうどん 青菜のお浸しと人参のピクルス	チーズ	麺	果物	牛乳
27	金	ハンバーグ 温野菜サラダ	パン ポタージュスープ	パン	ゼリー	牛乳

\* 急なメニューの変更することがありますが、ご了承ください。

肉の硬さが気になりませんか。気になりだすといろいろ検索してみたりすると思います。

お肉を使う前に発酵食品に漬けてみてください。ヨーグルト、麴、味噌など意外と手軽に使えます。それだけでお肉がやわらかくなります。

ヨーグルトは・・・

例えばとんかつのお肉に1時間くらいつけてから小麦粉をまぶしてください。とんかつは筋切するとさらにおいしいです。

お味噌は・・・

みりんを少し足して、薄～くのばしてやるだけでも、やわらかくなります。西京味噌などもあり、これがお魚にもいいです。

そんなことをしないときでも、お肉を焼くときに片栗粉をまぶしてみてください。

肉の角が包まれて食べやすくなります。

