

Main menu table with columns for meal types (げつようび, かようび, すいようび, もくようび, きんようび, どのようび) and rows for specific days (1-29). Each cell contains menu items and ingredients.

今月の栄養平均

Nutrition table with columns: エネルギー, タンパク質, 脂質, 塩分. Rows for 3歳児以上 and 3歳児未満.

今月の目標
梅雨にはいり食欲が落ちてしまいやすい時期ですが、しっかりと食べて、元気な身体作りをしましょう。

クエン酸で疲労回復!
クエン酸は、お酢・梅干し・レモンなどの酸っぱいものに含まれていて、疲労の原因となる乳酸の生成を抑える働きがあります。
また、梅雨で食が進まない時期でもさっぱりとした味わいで、食欲を湧かせてくれますので、おすすめです。

【誤飲防止について】
保育園に通う小さなお子さんは、咀嚼や飲み込む力が弱く食べ物がのどに詰まって窒息する恐れがある食品があります。内閣府により保育園で使用を避ける食材とされている下記の食材は提供いたしません。
ブチトマト 福豆 ウズラの卵 球体の個包装チーズ 白玉団子 いか えび ぶどう さくらんぼ

発注の関係により、急な献立の変更が考えられます。あらかじめご了承ください。
今月の果物は、バナナ オレンジ りんごを提供する予定です。