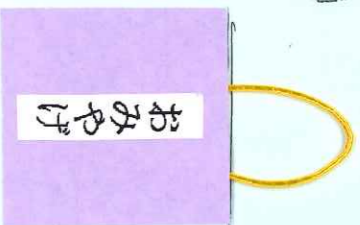


土地の広さは日本一。
8345664キロ平方メートル
雪日数も一年で125日あります。
温気が多く夏は涼しくて
過ごしやすいです。



今日は北海道から
ふるさとを急便



くりのみ

【 フラワー便 】

くのみ } 土建協会へ
どんぶり } 平安会館へ
しいのみ } 郵便局へ
もも } 市役所へ
うめくり } 消防署・中電へ

【 行事内容 】

第1(3/火)-お茶会
第2(4/水)-ABC
第1(木)-身体測定
第2(木)-フラワー便
第3(木)-防災訓練
第4(木)-おもしろシブター

【 朝食を食べよう(一口でも日本食を) 】
今月のお料理目標
朝食を抜くと、お腹がすくだけでなく、脳が働かない、集中力の低下、イライラなどの影響が出ます。
大切なのは『よく噛んで食べること』。
噛むと脳が覚醒し、活発になります。また、口に食べ物が入り胃に送られてくることで、腸や大腸が動き始めて内臓も目覚め、朝の排便習慣にも繋がります。



平成31年度 4月号 くりのみ保育

(調味料は記載してありません)

日	曜日	行事	午前のおやつ 未満児	主食	主 菜	副 菜	汁 物	午後のおやつ 全園児
1	月		カルピス	山菜 おこわ	切干大根煮	豆腐汁	トマト	ミルク フルーツポンチ
2	火	お茶会	牛乳 オシロシ	ご飯	子キンカツ	ポークビーンズ	春雨スープ	ミルク りんご ホットコーン
3	水		バナナ	ご飯	炒り豆腐	海藻サラダ	ほうれん草の 味噌汁	抹茶ミルク 桃 さつま芋蒸しパン
4	木		牛乳 パイナップル	ご飯	松風焼き	フルーツなます	白菜のすまし汁	ミルク キウイ 紅茶/バナナ
5	金		牛乳 グレープ フルーツ	ご飯	親子煮	塩昆布和え	納豆汁	黒豆茶 メロン ミルク餅
6	土				生き生き親子のつどい【用品や衣類に名前の記入を忘れないようにお願いします。】			
8	月		りんご ジュース	ご飯	磯辺揚げ	ひじきサラダ	大根のすまし汁	ミルク 甘夏 スコーン
9	火		牛乳 いちご	わかめ ご飯	煮 魚	梅肉和え	野菜汁	ショウ オシロシ じゃこ-ヌト
10	水		牛乳 キウイ	ご飯	野菜炒め	南瓜のいとこ煮	なめこわかめ の味噌汁	黒糖ミルク バナナ ちんすこう
11	木	フラワー便 身体測定	牛乳 メロン	ご飯	鶏のハーベキュー ソー又焼き	お豆と人参の サラダ	じゃが芋 ポターージュ	ミルク グレープフルーツ お好み焼き
12	金		牛乳 トマト	ご飯	鶏肉の焼売風	春雨の中巻和え	にら玉スープ	黒豆茶 パイナップル ようかん
13	土				ポテトサンド 牛乳			
15	月		牛乳 オシロシ	ご飯	鶏の唐揚げ	青菜のごま和え	かぶの味噌汁	ミルク りんご せんべい
16	火		牛乳 甘夏	ご飯	ひじき大豆煮	酢の物	とろろ昆布汁	ミルク いちご 杏仁豆腐
17	水		バナナ	ご飯	さんぴらごぼう	白和え	春野菜の味噌汁	紅茶ミルク キウイ ナッツクッキー
18	木	防災訓練	牛乳 桃	ご飯	魚の塩焼焼き	和風サラダ	けんちん汁	ミルク メロン チーズポテト
19	金	春の遠足	ヤクルト		手作りランチ【果物はいりません。おしぼりをお願いします。】			
20	土				野菜サンド 牛乳			
22	月		牛乳 フルーツ フルーツ	グリーン ピーズ ご飯	揚げレバーの ごまソース	お浸し	筍の味噌汁	ミルク トマト よもぎ白玉
23	火		牛乳 パイナップル	ご飯	野菜の旨煮	酢味噌和え	白はんぺんの すまし汁	ミルク オシロシ バナナ
24	水	ABC	牛乳 キウイ	ご飯	麻婆豆腐	ちやしとハムの サラダ	青梗菜のスープ	紅茶 黒豆茶 甘夏 ふかし芋
25	木	おもしろシブター	牛乳 メロン	ご飯	魚の サッポロ焼き	春雨サラダ	かき玉汁	
26	金	子どもの日のつどい	オシロシ ジュース	ご飯	手巻き寿司	じゃが芋の そぼろ煮	あさり汁	ミルク りんご こいのぼりサンド
27	土		果物	パン	ピザ			

【くりのみ保育園】

TEL : 0547-36-3160 / FAX : 0547-36-5727

平均エネルギー 610kcal 平均たんぱく質 26.9g

E-mail : info@kurinomi.ed.jp / URL : http://www.kurinomi.ed.jp