

6月(おやつカレンダー)

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
きなこドーナツ (牛乳)	お好み焼き (牛乳)	蒸しパン (牛乳)	スイートポテト (牛乳)	クッキー (牛乳)
9	10	11	12	13
おにぎり (牛乳)	ピザ (牛乳)	ちぢみ (牛乳)	オレンジゼリー (牛乳)	しろくまちゃんの ホットケーキ (牛乳)
16	17	18	19	20
たこ焼き (牛乳)	駄菓子の日 (牛乳)	ラスク (牛乳)	大学芋 (牛乳)	ぐりとぐらの カステラ (牛乳)
23	24	25	26	27
フライドポテト (牛乳)	ジャムサンド (牛乳)	蓮根チップ (牛乳)	カルピスゼリー (牛乳)	ちんすこう (牛乳)
30				
お焼き (牛乳)				

カミカミ習慣

カミカミ習慣

※都合により変更する場合があります。
夕方のおやつにはおにぎりが出ています。

～給食室より～



今月の献立にはオレンジ・ニラ・枝豆などを入れました。
ニラはスタミナのつく野菜として扱われてきました。ビタミンA・B・Eが豊富で
特にアリシンという成分を含んでおり、この成分が精力野菜といわれる理由で、
ニンニクにも含まれている成分です。
エネルギー代謝を高めてくれるので、ぜひ食べて下さいね。



夏の野菜は体を冷やしてくれます。いっぱい食べて、暑い夏をのりきろう！！

同じ野菜を見つけられるかな？

①



②



③



④



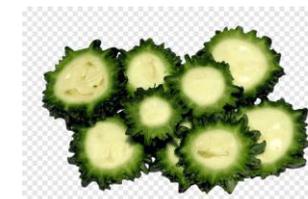
⑤



⑥



⑦



⑧



⑨



⑩



⑪



⑫



⑥➡⑨ ⑩➡⑤ ⑧➡⑦ ④➡③ ②➡② ⑪➡① ⑫➡⑫