



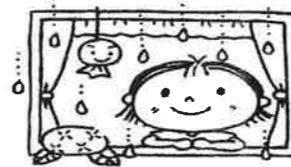
6月こんだてひょう



(都合により献立が変更になる場合があります)

平成29年 6月 愛児園湯田保育所

| 日 | 曜 | 午前おやつ | 献立 | 材料 | | | 午後おやつ | 家庭で とりたい 食品 |
|----------|---|-------------------------------|--|--------------------------------|--------------------------|---|---------------------------------|-------------------|
| | | | | あか 体を丈夫にする | きいろ 強い力を作る | みどり 体の調子を整える | | |
| 1 | 木 | 牛乳 チーズ かし | パン 豚肉のぼん酢あえ ポテトサラダ ビーンズスープ | 豚肉(しゃぶしゃぶ用) シーチキン 卵 水煮大豆 | ミニクワッサン じゃが芋 マカロニ | 玉葱 セロリ 人参 しょうが きゅうり ごま | びわ かし | 野菜類 |
| 2 | 金 | 牛乳 かし | 枝豆ごはん 豆腐いり松風焼き キャベツのごまあえ すまし汁 | 鶏挽肉 豆腐 卵 | 米 ふ | ねぎ 人参 玉葱 三つ葉 キャベツ | オレンジジュース バナナ かし | いも類 |
| 3 17 | 土 | 牛乳 かし | きつねうどん うずら煮豆 アスパラガスのソテー 果物 | 油揚げ ベーコン うずら豆 | うどん | アスパラガス 玉葱 人参 キャベツ コーン(粒) 小葱 | | いも類 |
| 5 | 月 | 牛乳 オレンジ | パン 魚のオランダ焼き ピーナツあえ かき卵スープ | 白身魚 卵 | ミニ牛乳パン じゃが芋 | 人参 ビーマン ほうれん草 玉葱 キャベツ には | カルピス寒天 かし | 肉類 |
| 6 20 | 火 | 牛乳 りんご | わかめごはん 肉じゃが プチトマト もみのりあえ 新玉葱のみそ汁 | 牛こま切 豆腐 油揚げ | 米 じゃが芋 こんにゃく | 人参 キャベツ ほうれん草 玉葱 小葱 | 6日そら豆塩茹で ミニゼリー 20日オレンジケーキ | 魚介類 野菜類 |
| 7 21 | 水 | 7日 100%ジュース かし 21日牛乳 かし | パン ちくわのいそべ揚げ マカロニサラダ ズッキーニスープ | ちくわ 卵 ベーコン シーチキン | テーブルロール マカロニ じゃが芋 | キャベツ きゅうり 人参 玉葱 パセリ ズッキーニ | 甘夏かん かし | 野菜類 |
| 8 22 | 木 | 8日牛乳 メロン 22日牛乳 スイカ | しろごはん 煮魚 納豆あえ 高野豆腐の含め煮 けんちん汁 | 白身魚/青魚 ロースハム 納豆 高野豆腐 | 米 じゃが芋 | ほうれん草 人参 キャベツ ごぼう 大根 玉葱 小葱 | ミニホットケーキ | 種実類 |
| 9 23 | 金 | 牛乳 かし かえりちりめん | パン 鶏肉のマーマレード焼き 9日アスパラサラダ 23日切干大根サラダ スキムスープ | 鶏もも肉 ベーコン | ミニクワッサン じゃが芋 | 9日アスパラガス 玉葱 人参 キャベツ もやし パセリ 23日ほうれん草 | ヨーグルト りんご かし | 魚介類 |
| 10 24 | 土 | 牛乳 かし | チャンポンうどん しらすあえ 粉ふき芋 果物 | しらす干し 豚こま切 | うどん じゃが芋 | 人参 玉葱 小葱 キャベツ には ほうれん草 | | 種実類 |
| 12 26 | 月 | 牛乳 かし | ゆかりごはん 大豆の五目煮 トマト ごまあえ みそ汁 | 水煮大豆 厚揚げ | 米 こんにゃく | ごぼう 人参 昆布 トマト ほうれん草 キャベツ 大根 小葱 | ゼリー かし | 魚介類 |
| 13 27 | 火 | ヨーグルト かし | パン 魚のアーモンド焼き りんご入コールスロー かぼちゃスープ | 白身魚 | テーブルロール | キャベツ りんご きゅうり かぼちゃ 人参 玉葱 パセリ | メロン かし | いも類 豆類 |
| 14 | 水 | 牛乳 昆布 かし | わかめごはん 海の幸卵焼 じゃが芋ソテー 豚汁 | かにほぐし身 卵 ベーコン 豚こま切 | 米 里芋 こんにゃく | ひじき ビーマン 人参 大根 玉葱 ごぼう えのきたけ | サンフルーツ かし | 豆類 |
| 15 | 木 | 牛乳 かし | カレーパーティー(食育の日) | | | | びわ かし | |
| 16 | 金 | 牛乳 かし | パン 鶏肉のからあげ スパゲティサラダ ビーンズスープ | 鶏もも肉 水煮大豆 ベーコン 卵 | ミニクワッサン スパゲティ じゃが芋 | きゅうり セロリ キャベツ 人参 玉葱 | オレンジジュース バナナ かし | 野菜類 種実類 |
| 19 | 月 | 牛乳 かし | お弁当の日 | | | | バック牛乳 ミニパン チーズ | |
| 28 | 水 | 牛乳 かし | スパゲティナポリタン ポリポリきゅうり 新じゃが芋のそぼろ煮 コーンスープ | ベーコン えび 合挽肉 | スパゲティ じゃが芋 | 人参 玉葱 しめじ きゅうり パセリ ビーマン コーン(クリーム) | りんごケーキ | 豆類 |
| 29 | 木 | 牛乳 昆布 かし | パン 中華風ローストポーク 和風サラダ キャベツのスープ | 豚肉(ヒレ) 水煮大豆 かにかま | ミニ牛乳パン じゃが芋 | ごぼう 人参 玉葱 きゅうり ひじき キャベツ もやし | たこ入おやつ | 野菜類 |
| 30 | 金 | 牛乳 シュガートースト | 親子丼 かぼちゃ甘煮 じゃこビーマン 春雨のあえもの 魚団子のみそ汁 | 鶏ももこま切 卵 厚揚げ 白身魚すり身 | 米 春雨 | 人参 玉葱 大根 ねぎ きゅうり かぼちゃ ビーマン しめじ | すいか かし | 種実類 いも類 |



給食だより



食中毒に気をつけましょう

食中毒が心配な季節です。子どもは幼いほど症状が重くなります。家庭の台所でも食中毒の予防に十分注意しましょう。

【食中毒予防の基本】

- ① 菌をよせつけない
- ② 菌を増やさない
- ③ 菌をやっつける

肉・魚・野菜の鮮度に注意して購入し、料理の加熱は十分に。調理したらすぐに食べましょう。生ものを扱う前や食卓につく前には、必ず手洗いをしましょう。



手洗いのポイント!

必ず石けんをつけて洗いましょう。

～ おとなが、最初にお手本を見せてあげてください ～

指の間



指と指を組むようにして、指の間を洗います。左右組みかえて洗いましょう。

手の甲



手の甲は反対の手のひらでこするようにして洗います。左右とも忘れずに。

手指



手指は反対の手で軽く絞り、動かしながら洗います。

つめ・指先



指先は軽く丸めて、反対の手のひらにあてて、前後左右に引っかくように動かしながら洗います。

※最後によく水で洗い流してから、清潔なタオルやハンカチで水分をふきとります。