

6月の給食献立表

★22日のお誕生日会は
チーズバーガー、サラダ、スープです。

おやつは フルーツパフェです。

◎今月の給食目標：食前の手洗いと食後の口すすぎ
を正しく身につけよう

曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
日	5/29・6/12・26日	5/30・6/13・27日	5/31・6/14・28日	6/1・15日・29日	6/2・16日・30日*	6/3・17日・7/1
給食	ひじき豆 すまし汁	ちくわの天ぷら ごま和え みそ汁	鶏肉のマーマレード煮 大根サラダ スープ	ブルコギ みそ汁	鮭のチーズ焼き おかか和え かきたま汁	いんげんのそぼろ丼 スープ
	ひじき 鶏ミンチ 人参 大豆(水煮) 油揚げ 砂糖 醤油、油 なめこ 豆腐 出汁鰹 醤油	ちくわ てんぷら粉 油 ブロッコリー ツナ缶 ごま 醤油、砂糖 鶏肉 玉ねぎ 小松菜 出汁鰹 醤油	鶏肉 にんにく マーマレード 醤油(濃) 大根 きゅうり 人参 ツナ缶 マヨネーズ、酢 白菜 ベーコン コーン缶、コンソメ	牛肉 玉ねぎ 人参 ピーマン もやし たけのこ、焼肉のたれ 油 麩 わかめ 青ネギ 出汁鰹 味噌	鮭 ピサ用チーズ ハム ピーマン もやし ポン酢 花かつお たまご 白菜 醤油 出汁鰹 片栗粉	いんげん 豚ミンチ 酒 ピーナツバター 味噌 みりん 塩、油 たまご わかめ ニラ 中華スープ 醤油
10時	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク
3時	牛乳 チーズ リッツ	牛乳 果実 お菓子	牛乳 ホットドック	牛乳 りんごゼリー	牛乳 おにぎり (30日は「水無月」です)	お菓子

★6月4日は「虫歯予防の日」
食後はきれいに歯をみがきましょう！

●9日、24日(土)の給食はパン&牛乳になります。

曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
日	6/5・19日	6/6・20日	6/7・21日	6/8・22日※	6/9・23日	6/10・24日
給食	ハヤシライス サワー漬け	豚肉とトマトの 梅肉炒め すまし汁	鰹のごまだれ焼き 和え物 みそ汁	高野豆腐の ふわふわ煮 ツナサラダ	鶏レバーの生姜焼き かぼちゃサラダ すまし汁	ミートスパゲティ スープ
	牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ハヤシライスルー 油 大根 きゅうり 人参 小松菜、ハム 酢、砂糖 塩、油	豚肉 小松菜 ミニトマト 梅干し 醤油 ごま油 大根 人参 青ネギ 出汁鰹 醤油	鰹(短冊) 酒、みりん 醤油 ごま 小松菜 えのき 砂糖、醤油 キャベツ 油揚げ もやし ニラ 出汁鰹、味噌	高野豆腐 干し椎茸 人参 たまご 出汁鰹 みりん、醤油、 酒、砂糖 ツナ缶 きゅうり もやし ポン酢 油	鶏レバー、生姜 砂糖、醤油(濃) みりん、酒 かぼちゃ ハム きゅうり レーズン マヨネーズ、酢 はんぺん ほうれん草 出汁鰹 醤油	スパゲティ 合挽きミンチ 人参 玉ねぎ ホールトマト缶 ケチャップ コンソメ、油 わかめ 青ネギ コンソメ ごま油 醤油
10時	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク
3時	牛乳 果実 お菓子	牛乳 はんぺんおやき	牛乳 あじさいヨーグルト	牛乳 お好み焼き	牛乳 お菓子	お菓子

きゅうしょくしつより

家庭で防ぐ“食中毒”！

6月に入ると梅雨の季節がやってきます。また、食中毒の発生しやすい季節でもあります。保育園の給食は十分に対策を講じていますが、ご家庭の食事でも食中毒対策をお願いします。

【家庭でもできる食中毒予防】

<ポイント1>食品の購入…生鮮食品は新鮮なものを選ぶ。消費期限などを確認して購入しましょう。

<ポイント2>保存方法・期間…冷蔵や冷凍の必要な食品はすぐに冷蔵庫・冷凍庫に入れましょう。

食品は詰めすぎにも注意。冷蔵庫を過信しないことが大切です。

<ポイント3>下準備…料理をはじめる前、魚・肉・卵を取り扱った後は必ずその折々で手洗いしましょう。

まな板や包丁もそのつどに洗うことが大切です。特に生食品は要注意。

<ポイント4>調理…加熱は十分に行い食中毒菌を殺菌します。料理途中でやめる場合は必ず冷蔵庫に入れます。

<ポイント5>食事…食べる前には必ず手洗い！早く食べましょう。室温に長く放置すると食中毒菌は倍増しますよ。

<ポイント6>残った食品…きれいな器で早く冷えるように。長期保存は避けましょう。怪しいと思ったら食べないことです。



(2023.6)

※成長著しい大切な年齢です。「朝食」は毎日きちんと食べさせてあげましょう。