

今月の給食目標

**食中毒を
予防しよう!**



6/16(火)みどり組
とうもろこし皮むき
食育体験します♪

24日(水)あじさいゼリーは
カルピスゼリーとぶどうゼリーを
2層にして作ります(^^)/



カルピスゼリー



食中毒が多発する季節です。食事前の手洗い・うがいを心がけましょう。まな板・包丁・調理器具の衛生にも気をつけましょう。この時期にとれる野菜は、体を元気にしてくれます。旬の食材のおいしさを感じられる献立を取り入れてます。

(材料・・・ 4人分)

カルピス・・・250cc
砂糖・・・30g

水・・・700cc
イナアガー・・・25g

(作り方)

- 1) 鍋に砂糖・水・イナアガー入れて泡立て器で混ぜる。
- 2) 火を付け、混ぜながら煮溶かす。
- 3) 鍋肌から少し湯気が立ち、とろみがついたら火を止めカルピスを入れ混ぜ合わせる。
- 4) お好きな容器に流しいれ冷やして出来上がり。

6/4～6/10は歯と口の健康習慣です
保育園ではよく噛むメニューをいれています♪

* 感染症について・・・

毎日できる感染症対策は「よく噛む」ことです。よく噛むことで唾液がたっぷり出て、口の中のばい菌が胃に運ばれペプシンという消化酵素でやっつけられます。

生田歯科 藤原康生氏参照

献立予定表



2026. J U N E



| 日 曜 | 昼 食 | 3時のおやつ | 10時のおやつ |
|------|--------------------------------------|----------------------|---------|
| 1 月 | 米粉ロール 鶏のマーマレード焼き マカロニサラダ トーフの卵スープ | きな粉蒸しパン | ビスケット |
| 2 火 | わかめご飯 魚のもろみ漬焼き 切干大根のサラダ さつま芋の味噌汁 | はったいこビスケット | ウエハース |
| 3 水 | 仲よしパン 豚肉香草パン粉焼き オクラのゴマよごし トマトスープ スイカ | 鶏めし(きびなご唐揚げ) | ビスコ |
| 4 木 | 麦ご飯 鶏むね肉ピカタ 大豆とひじきの炒め煮 けんちん汁 | 丸ぼうろ | クッキー |
| 5 金 | ふりかけご飯 豚の生姜焼き 野菜のシラス和え 中華スープ | チョコスコーン | せんべい |
| 6 土 | 焼うどん バナナ 牛乳 | | 乳ボーロ |
| 8 月 | テーブルロール ミートボール ポテトサラダ コーヤトーフのスープ | 石垣蒸しパン | ビスケット |
| 9 火 | ふりかけご飯 照焼チキン ブロッコリーとひじきのサラダ ふわふわ卵スープ | ちんすこう・いりこ | ウエハース |
| 10 水 | 麦ご飯 さつま揚げ 焼きビーフン わかめの味噌汁 | ぶどうゼリー・せんべい | ビスコ |
| 11 木 | 黒糖パン ミートソーススパゲティ チーズ入り卵焼き レタス りんご | お豆腐ブラウニー | せんべい |
| 12 金 | 青菜ご飯 塩麴から揚げ きんぴらごぼう きのこの味噌汁 | スマアサンド | クッキー |
| 13 土 | ドライカレー すまし汁 牛乳 | | チーズ |
| 15 月 | 仲よしパン チキンバー お芋のコロコロサラダ トマトの中華スープ バナナ | オレンジケーキ | ビスケット |
| 16 火 | わかめご飯 肉じゃが そうめん汁 とうもろこし | 黒ゴマビスケット | ウエハース |
| 17 水 | 麦ご飯 イワシの佃煮 切干大根の炒め煮 豆腐の味噌汁 | サターアンダギー | ビスコ |
| 18 木 | ふりかけご飯 BBQチキン 伴三糸 ワカメスープ | ヨーグルトパン | クッキー |
| 19 金 | 誕)米粉ロール ピザバーグ レタス コーンポタージュ ゼリー | かたつむりクッキー | せんべい |
| 20 土 | (保育参観)塩焼きそば バナナ 牛乳 | | 乳ボーロ |
| 22 月 | かぼちゃロール ポークチョップ スパゲティサラダ きのこのスープ | たまご蒸しパン | ビスケット |
| 23 火 | 麦ご飯 鶏のゴマみそ焼き 厚揚げと小松菜炒め煮 スーミータン | バナナクッキー | ウエハース |
| 24 水 | カレーライス 野菜サラダ 漬物 スイカ | あじさいゼリー ・せんべい | ビスコ |
| 25 木 | 黒糖パン すり身フライ やみつきサラダ コンソメスープ | きな粉おにぎり・いりこ | クッキー |
| 26 金 | ふりかけご飯 鶏むねみぞれ煮 ひじきのゴママヨサラダ ナスの味噌汁 | シュガーラスク | せんべい |
| 27 土 | メロンパン ミネストローネ 牛乳 | | チーズ |
| 29 月 | 米粉ロール 冷やし中華 納豆オムレツ キャベツ | つぶあんスコーン | ビスケット |
| 30 火 | 麦ご飯 鶏のマスタードマヨ焼き 切干大根カレー炒め ワンタンスープ | ひじきクラッカー | ウエハース |

飲み物はパンの日は牛乳、ご飯の日は麦茶です。(もも・きい組はご飯の日も牛乳)

10時・15時のおやつには牛乳が付きます。10時のおやつは3歳未満児用です。

もも組は個々に合わせた離乳食です。材料の都合により一部献立が変更する事があります。