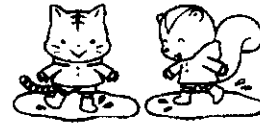




6月
給食だより

給食だより



道仏保育園

日	曜	献立名	主な材料	おやつ	
1	火	ロールパン、ベーコンエッグ、海藻サラダ チンゲン菜スープ、オレンジ、牛乳	ロールパン、ベーコン、卵、わかめ、海藻、レタス きゅうり、チンゲン菜、人参、椎茸	ミルク せんべいピザ	
2	水	ししゃものフライ、マカロニサラダ なめこのみそ汁、パイナップル、牛乳	ししゃも、マカロニ、きゅうり、ハム、卵、なめこ 長ねぎ、豆腐	ミルク ライスおやき	
3	木	牛肉のチャブチエ、もやしの酢の物 さつま芋のみそ汁、メロン、牛乳	牛肉、春雨、玉ねぎ、ニラ、人参、もやし、きゅうり カニカマ、ごま、さつま芋、しめじ、長ねぎ、豆腐	ミルク、ごませんべい ぶどうフルーチェ	
4	金	さんまの塩焼き、大根おろし、すき昆布の煮物 キャベツのみそ汁、グレープフルーツ、牛乳	さんま、大根、昆布、人参、さつま揚げ、菊 キャベツ、豆腐	ミルク 手作り源氏パイ	
5	土	チンジャオロウスー、ブロッコリーのピーナッツ和え 白菜のみそ汁、バナナ、牛乳	牛肉、ピーマン、パプリカ、菊、ブロッコリー、人参 ピーナッツ、白菜、豆腐	ミルク とんがりコーン、あんパン	
7	月	カレイの煮付、ポテトサラダ なすのみそ汁、洋梨缶、牛乳	カレイ、じゃが芋、人参、きゅうり、ハム、コーン なす、豆腐、万能ねぎ	ミルク クレープ	
8	火	焼きそば、温野菜サラダ えびのつみれ汁、ゴールドキウイ、牛乳	中華麺、豚肉、キャベツ、人参、もやし、さつま芋 ブロッコリー、きゅうり、えび、しめじ、万能ねぎ	ジョア たまごサンド	
9	水	鯖のみそ煮、切干大根の煮物 すいとん汁、パイナップル、牛乳	鯖、切干大根、人参、さつま揚げ、すいとん粉 鶏肉、ごぼう、キャベツ、しめじ、長ねぎ	ミルク おやつ巻き	
10	木	豚肉の生姜焼き、コブサラダ 水菜のみそ汁、アメリカンチェリー、牛乳	豚肉、レタス、きゅうり、トマト、コーン、アボカド ハム、卵、水菜、椎茸、人参、豆腐	ミルク、ヨーグルト リッツクラッカー	
11	金	蒸し鱈の野菜あんかけ、小松菜のカニカマ和え あさり汁、グレープフルーツ、牛乳	鱈、人参、えのき、玉ねぎ、絹さや、小松菜 カニカマ、あさり、わかめ、長ねぎ、豆腐	ミルク クリームたい焼き	
12	土	親子遠足 ☆ (お弁当)			かつぱえびせん
14	月	三色納豆、ピーマン炒め もずくのスープ、オレンジ、牛乳	納豆、人参、ほうれん草、かまぼこ、ピーマン、豚肉 ピーマン、キャベツ、もずく、えのき、万能ねぎ	ミルク バナナのココア蒸しパン	
15	火	五目あんかけラーメン、ほうれん草のおかか和え レッドグローブ、牛乳	中華麺、白菜、人参、椎茸、かまぼこ、えび ほうれん草、かつお節	ミルク ミートドリア	
16	水	ピラフ、フライドチキン、コールスローサラダ ミネストローネ、ヨーグルトムース、牛乳	米、ミックスベジタブル、ベーコン、鶏肉、キャベツ、人参 きゅうり、コーン、トマト、玉ねぎ、セロリ、じゃが芋	ミルク デコレーションロールケーキ	
17	木	ホッケの塩焼き、大根おろし、かぼちゃサラダ もやしのみそ汁、メロン、牛乳	ホッケ、大根、かぼちゃ、きゅうり、ハム、もやし 人参、玉ねぎ、豆腐	ミルク、あじさいゼリー 一口チーズ	
18	金	筑前煮、カリポリ和え しじみ汁、グレープフルーツ、牛乳	鶏肉、菊、ごぼう、人参、干し椎茸、こんにやく キャベツ、きゅうり、つぼ漬、しじみ、わかめ、豆腐	ミルク 焼うどん	
19	土	野菜コロッケ、トマトサラダ 大根のみそ汁、バナナ、牛乳	じゃが芋、玉ねぎ、人参、卵、トマト、レタス きゅうり、大根、豆腐	ミルク カステラ、さきいか	
21	月	鮭の塩焼き、豆腐のサラダ せんべい汁、オレンジ、牛乳	鮭、豆腐、レタス、きゅうり、海苔、かやきせんべい ごぼう、鶏肉、キャベツ、しめじ、長ねぎ	ミルク フレンチトースト	
22	火	手作りギョーザ、白菜の塩昆布和え 中華コーンスープ、ゴールドキウイ、牛乳	合挽肉、ニラ、キャベツ、白菜、人参、塩昆布 コーン、卵、豆腐、菊、万能ねぎ	ミルク ゆかりおにぎり	
23	水	赤魚の煮付、大根の酢の物 若竹汁、賞桃缶、牛乳	赤魚、大根、人参、きゅうり、姫竹、わかめ 長ねぎ、豆腐	ミルク さつま芋スティック	
24	木	鶏肉のトマト煮、春雨サラダ かぶと油揚げのみそ汁、さくらんぼ、牛乳	鶏肉、玉ねぎ、しめじ、トマト、春雨、きゅうり、ハム 卵、かぶ、油揚げ、人参、万能ねぎ	ミルク ヨーグルト、ハーベスト	
25	金	厚焼き玉子、水菜のしらすサラダ 山東菜のみそ汁、グレープフルーツ、牛乳	卵、水菜、きゅうり、レタス、しらす、山東菜、椎茸 人参、豆腐	ミルク、コナッツサブ 魚肉ソーセージ	
26	土	彩り野菜のチーズ肉巻き、ひじきの煮物 じゃが芋のみそ汁、バナナ、牛乳	豚肉、ピーマン、人参、チーズ、ひじき、さつま揚げ 菊、じゃが芋、豆腐	ミルク かぶき揚げ、ビスコ	
28	月	牛肉とナスのオイスター炒め、大根サラダ お麩のみそ汁、オレンジ、牛乳	牛肉、ナス、ピーマン、大根、人参、きゅうり、麩 しめじ、豆腐、万能ねぎ	ミルク ふわふわパンケーキ	
29	火	シーチキンカレー、福神漬、スパニッシュサラダ わかめスープ、ゴールドキウイ、牛乳	シーチキン、じゃが芋、人参、玉ねぎ、サラスパ きゅうり、ハム、卵、わかめ、ごま	ミルク アイス、ぱりんこ	
30	水	揚げ出し豆腐、もやしのごま和え 豆苗のかき玉汁、パイナップル、牛乳	豆腐、人参、えのき、絹さや、もやし、きゅうり ハム、ごま、卵、豆苗、豆腐	ミルク お好み焼き	

※6月16日(水)は、保育園からご飯が出ます☺

楽しい食卓を

食事は、家族や友だちなど周りの人と一緒に食べることで、残さず食べることや食事のマナーなどを学ぶ大切な時間です。子どもと一緒に食事を楽しむ環境作りを心がけましょう。

食中毒に気を付けよう

まずは、手洗いをしっかりしましょう。
生鮮食品や残った食品は冷蔵庫(冷凍庫)へ!
常温での保存は、菌が増殖するので絶対にやめましょう。生肉や生魚を触った後に生野菜などに触れないようにしましょう。