

おいしいきゅうしょく



—こんげつのもくひょう—
梅雨期の食事衛生について注意する

兵庫保育園

日	曜日	今日のおかず	ごはん パン	ゆめ・もも・ばらぐみの追加のおかず		3時のおやつ	行事
				追加食	10時のおやつ		
1	木	カレーツナじゃが、厚揚げのみそマヨ焼き、なすのみそ汁、果物	ごはん	人参シリシリ	牛乳 いりこ	ミルク お好み焼き	朝礼
2	金	ナポリタン、レタスサラダ、わかめスープ、果物	ミルクパン	煮魚	牛乳 いりこ	手作りヨーグルト おかし	爪切りチェックの日
3	土	揚げ魚のケチャップソース、がめ煮、野菜たっぷりみそ汁、果物	ごはん	チーズ	牛乳	おかし	保育参加
4	日						
5	月	白菜のシチュー、魚の塩焼き、がんもの煮物、果物	食パン	うどんミートソース	牛乳 いりこ	ミルク じゃが丸くん	
6	火	コロッケ、しらす和え、キャベツのみそ汁、果物	ごはん	納豆チャーハン 、チーズ	牛乳 いりこ	ミルク かたつむりケーキ	市食育指導 (さくら・ゆり)
7	水	ちくわと卵のマヨごはん、南瓜のそぼろあん、そうめん汁、果物	ちくわと卵の マヨごはん	高野豆腐の肉づめ	トマトジュース	ミルク ドーナツ	体育教室 (さくら・ゆり)
8	木	煮魚、春雨ソテー、ほうれん草のすまし汁、果物	ごはん	白菜のごま和え	牛乳 いりこ	ミルク レーズン蒸しパン	
9	金	グラタン、コールスローサラダ、卵豆腐のすまし汁、果物	ロールパン	ツナじゃが	牛乳 いりこ	ミルク おかし、プルーン	爪切りチェックの日
10	土	かき揚げうどん、チンゲン菜のごま和え、ヨーグルト、果物	かき揚げ うどん	ミートボール	牛乳	おかし	
11	日						
12	月	根菜汁、蒸し魚、厚揚げソテー、果物	ミルクパン	トマト	牛乳 いりこ	ミルク プリン	さくら組個人面談 開始(22日まで)
13	火	ちくわの磯辺揚げ、南瓜のヨーグルトサラダ、豆腐のみそ汁、果物	ごはん	塩焼きそば	牛乳 いりこ	ミルク フライドポテト	
14	水	ポークカレーライス、海藻サラダ、幼児牛乳、果物	ポーク カレーライス	卵焼き	野菜ジュース	ミルク ジャムサンドクラッカー	体育教室 (さくら・ゆり)
15	木	ひじきの煮物、鮭バーグ、ちくわのすまし汁、果物	ごはん	人参グラッセ	牛乳 いりこ	ミルク りんごとさつま芋ケーキ	3か園交流会 (さくら)
16	金	ココット、もやしのごま和え、春雨スープ、果物	食パン	ポークビーンズ	牛乳 いりこ	手作りヨーグルト おかし	爪切りチェックの日
17	土	冷やしきつねそうめん、肉豆腐、チーズ、果物	冷やしきつね そうめん	じゃが芋ソテー	牛乳	おかし	
18	日						
19	月	かしわ汁、オムレツ、高菜スパゲティ、果物	ロールパン	キャベツのミルク煮	牛乳 いりこ	ミルク わかめおにぎり	
20	火	からあげ、キャベツのごま和え、ふのすまし汁、果物	ごはん	南瓜のマヨ焼き	牛乳 いりこ	ミルク カレードースト	
21	水	鮭とコーンのごはん、ポテトサラダ、レタススープ、果物	鮭とコーンの ごはん	なすのそぼろ煮	トマトジュース	ミルク クリームパン	体育教室 (さくら・ゆり)
22	木	南瓜のごま煮、タンドリー風チキン、なめこのみそ汁、果物	ごはん	春雨サラダ	牛乳 いりこ	あじさいゼリー	
23	金	ポークチャップ、魚のムニエル、じゃが芋スープ、果物	ミルクパン	煮卵	牛乳 いりこ	ミルク おかし、プルーン	爪切りチェックの日
24	土	ちゃんぽん、卵焼き、金時豆の煮物、果物	ちゃんぽん	トマトのごま和え	牛乳	おかし	
25	日						
26	月	エビ団子スープ、ニラレバ、炒り豆腐、果物	食パン	ちくわの煮物	牛乳 いりこ	ミルク フルーツヨーグルト	
27	火	すりみ揚げ、トマトサラダ、かき玉汁、果物	ごはん	豆腐の煮物	牛乳 いりこ	ミルク 焼きうどん	
28	水	親子丼、小松菜ともやしのおかか和え、ふのすまし汁、果物	親子丼	焼きラーメン	牛乳 いりこ	ミルク りんごとさつま芋煮	体育教室(さくら・ゆり) プール開き
29	木	和風麻婆豆腐、わかめの酢の物、南瓜のみそ汁、果物	ごはん	ウインナー、 ミニトマト	牛乳 いりこ	ミルク ハムトースト	
30	金	ウインナーソテー、鮭のクリームソース、コンソメスープ、果物	ロールパン	粉ふき芋	牛乳 いりこ	手作りヨーグルト おかし	爪切りチェックの日

食中毒にご注意!

食中毒は、6月～10月にかけて多く発生します。細菌の活動しやすい気温と湿度がそろっている為です。保育園でも細心の注意を払って給食を提供しています。ご家庭でも食べる前に必ず手洗い、しっかりと加熱し、すみやかに食べるように心掛けましょう。

6月は「食育週間」です

◎6月は、「食育月間」、毎月19日は、「食育の日」です。
◎子どもにとって「食育」って何??
⇒子どもたちが様々な食の体験を積み重ねることで食への関心が育ち、食べることの大切さを意識して、規則正しい食生活が身に付くように基礎を作る取り組みです。
◎保育園でもたくさんの「食育」を行っています。
(梅干し作り、とうもろこしの皮むき、野菜の収穫体験等)

6月の行事食

6日(火) かたつむりケーキ
22日(木) あじさいゼリー
梅雨の季節にちなんだ行事食です。

