

R4年 6月の献立

ちびっこきらら保育園

曜日	木曜元 午前おや い	主食	副食 牛乳は以上児のみ(記入は省略)	午後のおやつ	
1	水	牛乳 せんべい	ご飯	なすとわかめの味噌汁 白身魚の煮つけ かぼちゃの甘煮 もやしのナムル	牛乳 せんべい
2	木	牛乳 せんべい	ご飯	豆腐と揚げの味噌汁 豆腐の変わり揚げ きゅうりの酢の物 レンコンサラダ	牛乳 せんべい
3	金	牛乳 せんべい	ご飯	豆腐と揚げの味噌汁 鮭スパ 切り干し大根の煮物 キャベツのゆかり和え	牛乳 蒸しパン
6	月	牛乳 せんべい	豆ご飯	じゃが芋とわかめの味噌汁 焼うどん ひじきの煮物 茹でブロッコリー	牛乳 せんべい
7	火	牛乳 せんべい	ご飯	さつまいもとわかめの味噌汁 マーボ豆腐 じゃが芋きんぴら ほうれん草のナムル	牛乳 クッキー
8	水	牛乳 せんべい	ご飯	じゃが芋とわかめの味噌汁 白身魚のケチャップあんかけ きゅうりの昆布あえ スパサラダ	牛乳 せんべい
9	木	牛乳 せんべい	親子丼	麩と揚げの味噌汁 青菜の胡麻和え 切り干し大根のサラダ バナナ	牛乳 せんべい
10	金	牛乳 せんべい	ご飯	味噌ラーメン きんぴらごぼう キャベツのしらす和え ひじきのサラダ	牛乳 せんべい
13	月	牛乳 せんべい	キッズ ピビン	茄子と揚げの味噌汁 中華春雨 レンコンサラダ	牛乳 せんべい
14	火	牛乳 せんべい	ご飯	豆腐と揚げの味噌汁 ポークビーンズ ひじきの煮物 切り干し大根のサラダ	牛乳 せんべい
15	水	牛乳 せんべい	ご飯	もやしとわかめの味噌汁 白身魚のフリッター 大豆の甘辛煮 カリフラワーサラダ	牛乳 せんべい
16	木	牛乳 せんべい	ご飯	大根とかぼちゃの味噌汁 焼きそば 青菜の胡麻和え コールスローサラダ	牛乳 せんべい
17	金	牛乳 せんべい	ご飯	豆腐とエノキの味噌汁 お好み焼き もやしのナムル はるさめの酢の物	牛乳 蒸しパン
20	月	牛乳 せんべい	ご飯	じゃが芋とわかめの味噌汁 タンドリーチキン 切干大根の旨煮 マカロニサラダ	牛乳 せんべい
21	火	牛乳 せんべい	ご飯	豆腐と揚げの味噌汁 ナポリタンスパゲティ 五目豆煮 いんげんの胡麻和え	牛乳 クッキー
22	水	牛乳 せんべい	お弁当の日		牛乳 せんべい
23	木	牛乳 せんべい	ご飯	小松菜と揚げの味噌汁 鶏のから揚げ キャベツのゆかり和え スパサラダ	牛乳 せんべい
24	金	牛乳 せんべい	豆ご飯	茄子とかぼちゃの味噌汁 厚揚げのケチャップ煮 ジャーマンポテト 春雨サラダ	牛乳 せんべい
27	月	牛乳 せんべい	ドライ カレー	コンソメスープ オクラの梅和え ひじきの煮物 バナナ	牛乳 せんべい
28	火	牛乳 せんべい	ご飯	豆腐と揚げのすまし汁 豚肉の野菜炒め 粉ふき芋 スパサラダ	牛乳 クッキー
29	水	牛乳 せんべい	お誕生 会	カレーライス マカロニサラダ フライドポテト フルーツゼリー 手作りケーキ	牛乳 せんべい
30	木	牛乳 せんべい	ご飯	春雨スープ 鶏肉の甘辛煮 キャベツのゆかり和え もやしのナムル	牛乳 せんべい

※頂き物などがある場合は、献立の変更があります。



食中毒注意の時期がやってきました

今年も梅雨の季節がやってきました。この時期は食中毒に注意が必要です。味や風味の変化に気づかず、菌が増えた食品を食べてしまうことがあります。しっかりと加熱し、調理したら早めに食べる、冷蔵庫・冷凍庫で保存するなど、食品の管理に気をつけましょう。また、季節の変わり目で体力が落ち やすい時期ですので、体調管理にも気をつけましょう

6月は食育月間です

平成17年に「食育基本法」が施行され、「食育推進基本計画」により毎年6月は食育月間、毎月19日は食育の日と定められました。「食育月間」は豊かな人間性を育み、生きる力を身につけることを目標に設けられました。ぜひこの機会に食事を考えて見られてはいかがでしょうか？

