



6月の献立



	月	火	水	木	金	土
						1
	<ul style="list-style-type: none"> 7日の午後おやつは、食育として噛む事の大切さを知る為に昆布を食べて噛む練習を行います。 11日から14日は、給食試食会週間になります。 					パン スープ 牛乳 ヨーグルト
食 食	3	4	5	6	7	8
	ご飯 みそ汁 魚の磯部揚げ 即席漬け	サンマー麺 ツナサラダ	豚丼 野菜ソテー すいとん	ご飯 みそ汁 ハンバーグ スティック野菜	ロールパン チキンスープ マカロニサラダ	パン スープ
お や っ	牛乳 シュガートースト	牛乳 チャーハン	牛乳 ワッフル	☆ 牛乳 二色寒天 ☆	白湯・昆布 小エビおにぎり	牛乳 ヨーグルト
食 食	10	11	12	13	14	15
	人参ご飯 みそ汁 魚のカレームニエル 甘酢漬け	にゅうめん チーズポテサラ	ひじきご飯 南瓜サラダ 豚汁	ご飯 みそ汁 肉じゃが 胡麻サラダ	食パン コーンシチュー みかんサラダ	パン スープ
お や っ	牛乳 アメリカンドック	牛乳 五平餅	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳 りんごゼリー	白湯 おにぎり・煮干し	牛乳 ヨーグルト
食 食	17	18	19	20	21	22
	ご飯 みそ汁 煮魚 甘酢和え	茸スパゲッティ わかめサラダ 卵スープ	そぼろ丼 大根サラダ さつま汁	ご飯 みそ汁 豚肉のかりん揚げ 野菜炒め	黒糖パン ミネストローネ 春雨サラダ	パン スープ
お や っ	牛乳 じゃこトースト	牛乳 おほかチーズ焼き	牛乳 レーズンホットケーキ	牛乳 ミルク寒天	白湯・昆布 きつねおにぎり	牛乳 ヨーグルト
食 食	24	25	26	27	28	29
	ご飯 みそ汁 魚の照り焼き 胡麻酢和え	カレーライス コールスロー わかめスープ	煮込みうどん ひじきポテサラ	ご飯 みそ汁 豚のマーメイド焼 春雨酢の物	レーズンパン ミートボールシチュー パインサラダ	パン スープ
お や っ	牛乳 お好み焼き	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 お誕生日ケーキ	牛乳 フルーツヨーグルト	白湯 おにぎり・煮干し	牛乳 ヨーグルト

1カ月の 平均栄養量	エネルギー	469	kcal
	たんぱく質	17	g
	カルシウム	226	mg
	鉄	2.3	mg
	ビタミンC	27	mg



間食献立表 (延長保育を希望される場合に提供)

月・木	火・金	水
おにぎり	おにぎり	おにぎり
スープ 果物	みそ汁 果物	すまし汁 果物

※材料は 納品状況などにより、変更がある場合があります
 ※朝おやつは 牛乳と、せんべい又はビスケットになります。
 ※昼食には、りんご・キウイ・バナナ・みかん・メロンなどの果物が付きます。 季節・入荷により変更が有ります。
 ※土曜保育のお申込みは前月20日までにお願い致します
 ※間食をご利用いただく場合は、ご利用いただく 前週の水曜日の朝までにお知らせ下さい
 ※線より下は午後おやつになります。
 ※金曜日がパンの給食の日は、昼食に牛乳を飲みます。
 ※延長おやつは牛乳又は白湯、パン又はビスケットが付きます
 ※お誕生日会の日は、昼食時間が15分早くなります。

- ・食育 こどもの食べ具合
- ・お誕生日会 10分前
- ・枝豆 日程確認
- ・こんぶ 噛むこと

食中毒に気を付けましょう

食中毒が発生しやすい季節です。

1. 手洗いをし、調理器具の衛生に注意して細菌を『つけない』。
2. 食べ物は低温で保存して細菌を『増やさない』
3. 加熱調理して細菌を『やっつける』

食中毒予防の為に、この3つを守りましょう。

