



6月こんだてひょう

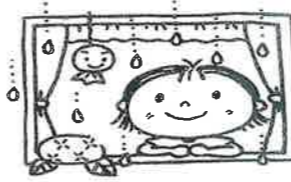
(都合により献立が変更になる場合があります)

令和2年 6月 愛児園湯田保育所

日	曜	午前おやつ	献立	材料			午後おやつ	家庭で とりたい 食品
				あか 体を丈夫にする	きいろ 強い力を作る	みどり 体の調子を整える		
15	月	牛乳 かし	パン 魚の香草焼き スパゲティサラダ かぼちゃスープ	鮭 シーチキン ベーコン	ミニクワッサン スパゲティ	人参 玉葱 パセリ きゅうり しいたけ キャベツ かぼちゃ	りんご かし かえりちりめん	いも類
2	火	牛乳 昆布 かし	わかめごはん 肉じゃが いんげんのごまみそあえ けんちん汁	牛こま切 豆腐 いんげん豆	米 里芋 こんにやく じゃが芋	人参 玉葱 キャベツ 大根 ごぼう 小葱	2日そら豆塩茹で ミニゼリー 16日びわ かし	魚介類
3	水	ヨーグルト かし	パン アスパラサラダ ズッキーニスープ 3日魚のフライ 17日ちくわのいそ揚げ	3日白身魚/アジ 17日ちくわ 卵	テーブルロール	アスパラガス 人参 キャベツ コーン(粒) 玉葱	甘夏かん かし	いも類 豆類
4	木	牛乳 オレンジ	ゆかりごはん 豆腐入り松風焼 切干大根あえもの すまし汁	鶏ひき肉 豆腐	米 ふ	切干大根 きゅうり 人参 ほうれん草 わかめ 三つ葉	りんごケーキ	いも類 野菜類
5	金	牛乳 チーズ かし	パン 豚肉のバーベキューソース焼き わかめとコーンのサラダ ピーズスープ	豚肉(ひれ) 水煮大豆 ベーコン	ミニ牛乳パン じゃが芋	きゅうり 人参 レタス わかめ コーン(粒) 玉葱	オレンジジュース バナナ かし	種実類
6	土	牛乳 かし	きのこスパゲティ 粉ふき芋 キャベツおかかあえ 果物	ベーコン えび	スパゲティ じゃが芋	人参 しめじ えのきたけ 玉葱 キャベツ		豆類
8	月	牛乳 かし かえりちりめん	わかめごはん 大豆の五目煮 ミートボール甘煮 塩昆布あえ みそ汁	水煮大豆 ミートボール 厚揚げ	米 里芋 こんにやく	ごぼう キャベツ きゅうり 大根 わかめ 小葱	8日びわ かし 22日すいか かし	種実類
9	火	100%ジュース かし	パン 9日鶏肉からあげ 23日花しゅうまい りんごいりコールスロー かき卵スープ	9日鶏もも肉 23日合挽肉 卵	ミニキララロール じゃが芋	キャベツ りんご きゅうり コーン(粒) しいたけ ごぼう	9日メロン かし 23日 豆腐ドーナツ	魚介類 9日豆類
10	水	牛乳 りんご	ゆかりごはん 煮魚 トマト ピーナツあえ 豚汁	白身魚/青魚 豚こま切	米 じゃが芋 こんにやく さつま芋	ほうれん草 人参 キャベツ トマト 大根 ごぼう 小葱	ゼリー かし	豆類 野菜類
11	木	牛乳 かし	お弁当の日				バック牛乳 ミニパン チーズ	
12	金	牛乳 かし	枝豆ごはん 海の幸卵焼 高野豆腐含め煮 納豆あえ みそ汁	卵 高野豆腐 納豆 厚揚げ ロースハム	米	ほうれん草 人参 キャベツ しめじ 大根 小葱 ひじき	ヨーグルト バナナ かし	いも類
13	土	牛乳 かし	きつねうどん アスパラガスソーテー うずら煮豆 果物	油揚げ ベーコン うずら豆	うどん	人参 玉葱 キャベツ 小葱 アスパラガス		野菜類
18	木	牛乳 かし	カレーパーティー(食育の日) お楽しみ献立					
19	金	牛乳 チーズ かし	パン 魚のオランダ焼き ポテトサラダ スキムスープ	白身魚 卵 ベーコン シーチキン	ミニ牛乳パン じゃが芋	人参 ビーマン 黄ピーマン きゅうり キャベツ もやし	オレンジジュース バナナ かし	種実類 豆類
25	木	牛乳 バナナ	スパゲティナポリタン ポリポリきゅうり 新じゃが芋のそぼろ煮 コーンスープ	ベーコン えび 合挽肉 豚こま切	スパゲティ じゃが芋	人参 玉葱 しめじ きゅうり パセリ ビーマン コーン(粒)	オレンジケーキ	豆類
26	金	牛乳 メロン	しろごはん 鶏肉のマーメレード焼き 和風サラダ みそ汁	鶏もも肉 水煮大豆 豆腐 かにほぐし身	米 じゃが芋	大根 人参 なす ごぼう きゅうり ひじき 玉葱 小葱	たこいりおやつ	野菜類
29	月	牛乳 かし	パン なすのミートソース焼き マカロニサラダ キャベツのスープ	合挽肉 卵 シーチキン	ミニ牛乳パン じゃが芋 マカロニ	なす 玉葱 人参 きゅうり キャベツ コーン(クリーム)	甘夏かん かし	豆類 種実類
30	火	牛乳 昆布 かし	親子丼 魚のてりやき じゃこビーマン 春雨のあえもの わかめのみそ汁	鶏ももこま切 卵 油揚げ ハム しらす干し	米 春雨	人参 玉葱 わかめ ねぎ きゅうり ビーマン 小葱	メロン かし	いも類

18(木)3、4、5歳さんが畑で収穫した“玉葱”でカレーを作ります

26(金)“たこ”がやっぺります



給食だより



食中毒に気をつけましょう

食中毒が心配な季節です。子どもは幼いほど症状が重くなります。家庭の台所でも食中毒の予防に十分注意しましょう。

【食中毒予防の基本】

- ① 菌をよせつけない
- ② 菌を増やさない
- ③ 菌をやっつける



肉・魚・野菜の鮮度に注意して購入し、料理の加熱は十分に。調理したらすぐに食べましょう。生ものを扱う前や食卓につく前には、必ず手洗いをしましょう。

手洗いのポイント!

必ず石けんをつけて洗いましょう。

～ おとなが、最初にお手本を見せてあげてください ～

指の間



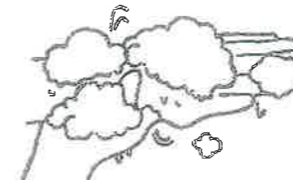
指と指を組むようにして、指の間を洗います。左右組みかえて洗いましょう。

手の甲



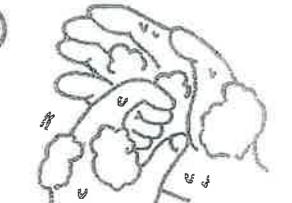
手の甲は反対の手のひらでこするようにして洗います。左右とも忘れずに。

手指



手指は反対の手で軽く絞り、動かしながらい洗います。

つめ・指先



指先は軽く丸めて、反対の手のひらにあてて、前後左右に引っかくように動かしながらい洗います。

※最後によく水で洗い流してから、清潔なタオルやハンカチで水分をふきとります。

※引き続き新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、咳エチケット、手指衛生『3つの密(密閉、密集、密接)』を避ける、を気をつけていきましょう