

6月 給食献立表



和光幼稚園

時間	月	火	水	木	金	土
日	★おやつレシピ「麩のラスク」★ (材料)おつゆ麩・・・7g バター・・・10g 三温糖・・・5g ①鍋にバターを溶かし、おつゆ麩にからめる ②焦がさない様に弱火にし砂糖を全体にまぶす			1日	2日	3日
10時				牛乳 丸ぼうろ	乳酸菌飲料 果物	牛乳
主食				ゆかりごはん	麦ごはん	
昼食				エビフライ 春雨の中華和え きのこたっぷりスープ	魚のみぞれ煮 金平ごぼう みそ汁	きつねうどん くだもの 牛乳
追加食						
15時				ミルク クッキー入りマフィン	フルーツヨーグルト	やさいジュース おかし
日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
10時	牛乳 ゼリー	牛乳 いりこ	牛乳 ビスケット	牛乳 いりこ	乳酸菌飲料 ビスケット	牛乳
主食	麦ごはん	白ごはん			麦ごはん	
昼食	魚のオニオンマヨ焼 ホーレン草の磯和え みそ汁	八宝菜 中華スープ 果物	セルフバーガー 春雨スープ 一口チーズ	カレーライス マカロニサラダ 果物	親子どじ 胡瓜のなめ茸和え すまし汁	チャーハン コロコロ野菜スープ 果物
追加食	麩のたまごどじ	(おやつ)Caウエハース				
15時	牛乳 クラッカーマッシュマロサンド	牛乳(以上児のみ) 自家製ヨーグルト	麦茶 おにぎり	スキムミルク 麩のラスク	牛乳 たい焼き	牛乳 おかし
日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
10時	牛乳 おかし	牛乳 いりこ	牛乳 おかし	牛乳 いりこ	乳酸菌飲料 おかし	牛乳
主食	麦ごはん	白ごはん		麦ごはん	白ごはん	
昼食	マーボー茄子 春キャベツのごま和え ウインナー 果物	新玉葱甘酢あんかけ ひじきの炒り煮 みそ汁	★ラーメン 蒸しシュウマイ 果物	豚肉と厚揚げみそ煮 春雨の酢の物 オクラと卵の汁物	竹輪の磯辺揚げ かんころ煮しめ みそ汁	卵ロールサンド 肉団子スープ 果物
追加食		果物		果物		
15時	牛乳 ハムとコーンの蒸しパン	自家製ヨーグルト	牛乳 とうもろこし	スキムミルク ディアマンクッキー	牛乳 あじさいゼリー	牛乳 おかし
日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
10時	牛乳 おかし	牛乳 いりこ	お弁当の日	牛乳 いりこ	乳酸菌飲料 おかし	運動会
主食	麦ごはん	納豆ごはん		雑穀ごはん	白ごはん	
昼食	豚肉の生姜焼き ポテトサラダ 果物	魚のねぎみそ焼き ピーナッツ和え コンソメスープ		擬製豆腐 三色和え みそ汁	肉じゃが 胡瓜とカニのごま酢和え 果物	
追加食		果物/一口チーズ		果物		
15時	牛乳 フレンチトースト	牛乳(以上児のみ) 自家製ヨーグルト	りんごジュース おかし	スキムミルク コーンフレーククッキー	牛乳 カフェオレゼリー	
日	26日	27日	28日	29日	30日	
10時	牛乳 ゼリー	牛乳 いりこ	牛乳 おかし	牛乳 いりこ	乳酸菌飲料 おかし	
主食	麦ごはん	白ごはん		麦ごはん	白ごはん	
昼食	チンジャオロース かきたま汁 果物	魚のフライ(タルタル ソースかけ) じゃがいも金平 ソーメン汁	スパゲティナポリタン ポテトチップスサラダ 牛乳	柳川風卵どじ ホーレン草おかか和え みそ汁	豆腐入り松風焼き スナックえんどうソテー もずくスープ	
追加食		果物		果物		
15時	牛乳 スイートポテト	自家製ヨーグルト	麦茶 こんぶおにぎり	スキムミルク ミルクくずもち	牛乳 クリームチーズねじりパイ	

* 今月の誕生日メニューは6/14(水)です *

食事を五感で味わいましょう

- ・味を感じる「味覚」
 - ・見た目や彩りを楽しむ「視覚」
 - ・調理の音を感じる「聴覚」
 - ・食べものの手ざわりや食感を知る「触覚」
 - ・においで食欲を刺激される「嗅覚」
- 五感で味わい、食事をより楽しい時間にしましょう。



爪は伸びていませんか？

爪が伸びていると、皮膚を傷つけてしまうだけでなく、指との間にバイキンやほこりが入って、食事・クッキング、プール遊びのときなども不衛生になります。手の衛生は食中毒予防の第一歩です。手洗いとともに、爪の長さもこまめにチェックしましょう。





