

7月

こんだてだより

にまいばしこども園

はじめとした梅雨が続き、気温の高いこの時期は細菌の繁殖に適した条件が揃い、食中毒が増える季節です。食品管理に注意することはもちろん、子どもたちに下痢や腹痛、嘔吐などのつらい思いをさせないためにも、大人がしっかりと予防を徹底させましょう。

食中毒の種類と家庭での予防

食中毒の中で発生件数が多いのはサルモネラ菌やカンピロバクターなどによる細菌性中毒とウイルス性中毒で、この2種類で全体の約8割になります。食中毒の予防は、細菌やウイルスを「つけない」「増やさない」「やっつける」ことが3原則です。そのためには家庭でも、調理前はしっかり手洗いを、調理後はすぐに食べる、食品は十分に火を通すなどに気をつけましょう。

作ってみませんか？

- 《カツオ春巻》4人分
春巻の皮、カツオ味付き缶詰1缶、人参1/2本、にら1/2束、春雨(乾燥)1/3袋、ごま油。
- ① 人参は千切り、春雨は戻してざく切り、にらは2cmの長さにざく切りする。
 - ② ごま油で①を炒め、火が通ったらカツオの缶詰を入れる。
 - ③ 春巻の皮に包んで油(分量外)で揚げる。

◎今月の『おにぎりの日』は13日(水)です。
(すみれ、ゆり、ちゅーりっぷ組さんのおうちの方はご準備をお願いします。たんぼぼ、もも組は園で準備します。)

※仕入れ状況により、献立内容が変更となる場合があります

日	曜	献立名	おやつ	加リー
1	金	鶏の照り焼き・ひじき和え・もやし すまし汁(はんぺん、ほうれん草)・グレープフルーツ	冷やしきのこそうめん	400
2	土	手作り弁当・すまし汁(わかめ、板ふ)・バナナ	パームケーキ	
4	月	鱈フライ・リーソース・海草サラダ・トマト みそ汁(大根、油揚げ)・バナナ	ジャムサンド スキムミルク	504
5	火	豚肉生姜焼き・華風和え・ブロッコリー すまし汁(卵豆腐、万能ねぎ)・すいか	エビピラフ お茶	473
6	水	ポーク・エッグ・さつま芋とじゃこの甘辛揚げ・キャベツ スープ(ピーマン、玉葱)・パイン	南瓜パバロア	451
7	木	枝豆ご飯・星のコーン・大豆とわかめのサラダ・チーズ すまし汁(もやし、わかめ)・すいか・ジョア	クレープ お茶	
8	金	すき焼き風・大根サラダ・ミニトマト みそ汁(なめこ、長葱)・オレンジ	コーンフレーク お茶	
9	土	手作り弁当・スープ(わかめ、白ごま)・パイン	カップアイス	
11	月	カツオ春巻・胡瓜とわかめの酢の物・コーン みそ汁(椎茸、ほうれん草)・バナナ	サイダーゼリー	440
12	火	ミートローフ・菜果サラダ・ゆかり大根 スープ(ピーマン、えのき)・キウイ	バナナブレッド	509
13	水	おにぎりの日△ちくわの2色揚げ・ごぼうサラダ ダ・アスパラすまし汁(卵、にら)・グレープフルーツ	冷やしうどん	405
14	木	チキングラタン・コーン・ポテト・粉ふき芋 スープ(マッシュルーム、白菜)・パイン	あんバターサンド スキムミルク	505
15	金	鱈のケチャップ揚げ・ブロッコリー・枝豆 みそ汁(まいたけ、わかめ)・オレンジ	ポテトもち お茶	339
16	土	手作り弁当・すまし汁(板ふ、わかめ)・バナナ	ゼリー せんべい	
18	月	海の日でお休み		
19	火	夏野菜カレー・シルバーサラダ・ブロッコリー スープ(ピーマン、えのき)・キウイ	フルーツ白玉	439
20	水	お誕生会△ 3歳以上児クラスはお着のみ持ってきてください	おたのしみ	
21	木	さばの味噌煮・利休和え・アスパラ すまし汁(もやし、筍)・グレープフルーツ	柿林檎トナリ お茶	364
22	金	レバーの南蛮漬け・ほうれん草ごま和え・キャベツ みそ汁(じゃが芋、椎茸)・バナナ	お好み焼き お茶	438
23	土	手作り弁当・スープ(卵、わかめ)・グレープフルーツ	バナナスティック	
25	月	クラッカー揚げ・もやしのナムル・ゆかり大根 すまし汁(卵豆腐、万能ねぎ)・オレンジ	コーンポトースト スキムミルク	496
26	火	冷しゃぶ風・南瓜サラダ・トマト みそ汁(ふのり、長葱)・パイン	フレンチドック 麦茶	519
27	水	野菜入り卵焼き・わかめとしめじの炒め・もやし すまし汁(厚揚げ、にら)・キウイ	ごまパバロア	322
28	木	鮭のコーンリッター・ささみのコーンサラダ・ほうれん草 スープ(白菜、ピーマン)・すいか	わかめうどん	319
29	金	きのこ豆腐・卵の花・胡瓜漬け みそ汁(大根、人参)・グレープフルーツ	南瓜とチーズの春巻 お茶	324
30	土	手作り弁当・すまし汁(わかめ、卵)・バナナ	アップルパイ	