

6月の給食だより

にまいばしこども園

日	曜日	昼食	おやつ	加り-	たんぱく質	脂質	塩分
1	土	手作り弁当・すまし汁(板麩、わかめ)・オレンジ	ヨーグルト・クッキー				
3	月	キャンディソーゼージ・ごぼうサラダ・ミニトマト・スープ(えのき、ピーマン)・グレープフルーツ	ミルクサンド・スキムミルク	440	21.3	20.3	1.8
4	火	揚げサバのオーロラス・こんにゃくの白和え・ブロッコリー・味噌汁(じゃが芋、人参)・キウイ	ご飯のおやき・お茶	454	17.5	23.7	1.3
5	水	ポテトグラタン・野菜サラダ・アスパラ・スープ(ベーコン、白菜)・オレンジ	冷やししろこ・お茶	429	18.4	12.1	1.6
6	木	大根の味噌煮込み・ツナサラダ・ほうれん草・すまし汁(舞茸、厚揚げ)・バナナ	フレンチドック・お茶	423	20.9	23.2	1.9
7	金	鶏のから揚げ・もやしのナムル・ゆかり大根・味噌汁(豆腐、長葱)・パイナップル	ロッククッキー・お茶	407	14.1	19.6	1.9
8	土	手作り弁当・スープ(もやし、ネギ)・バナナ	クレープ				
10	月	カツオ春巻き・白菜の甘酢和え・キャベツ・味噌汁(なめこ、長葱)・メロン	コーンマヨネーズ・スキムミルク	424	20.2	15.8	1.6
11	火	のしどり・すき昆布の煮物・トマト・すまし汁(筍、にら)・グレープフルーツ	ポテトたこ焼き・お茶	441	22.3	14.8	2.0
12	水	おにぎりの日 🍱 豆の天ぷら・大根サラダ・コーン・味噌汁(玉葱、しめじ)・オレンジ	冷やし中華	429	16.1	24.8	2.0
13	木	鮭のサラダ焼き・コールスローサラダ・もやし・スープ(わかめ、えのき)・パイナップル	ブラウニー・お茶	444	19.7	15.7	1.6
14	金	冷しゃぶ・じゃが芋枝豆サラダ・チーズ・すまし汁(はんぺん、万能ねぎ)・バナナ	チーズの餃子揚げ・お茶	512	23.0	36.1	1.8
15	土	手作り弁当・すまし汁(椎茸、板麩)・グレープフルーツ	パームクーヘン				
17	月	マーボー大根・切干と小松菜の洋風炒め・アスパラ・すまし汁(卵豆腐、万能葱)・キウイ	ブルーベリーサンド・スキムミルク	464	25.6	21.4	2.0
18	火	魚の照り焼き・根野菜のゴマみそ炒め・ブロッコリー・味噌汁(油揚げ、ふのり)・グレープフルーツ	かき玉うどん	445	25.9	27.3	2.0
19	水	ハムチーズフライ・酢の物(卵入り)・ゆかり大根・すまし汁(ほうれん草、椎茸)・オレンジ	カルピスゼリー	428	19.6	11.4	1.8
20	木	ビーフカレー・春雨サラダ・ミニトマト・スープ(ピーマン、卵)・バナナ	ホクホク・ナッツ・お茶	490	12.6	29.8	1.3
21	金	お芋の南蛮煮込み・ほうれん草の胡麻和え・コーン・味噌汁(大根、しめじ)・パイナップル	おいなりさん・お茶	431	13.6	13.8	1.3
22	土	手作り弁当・スープ(ホクホク、わかめ)・バナナ	スイートポテト				
24	月	鶏肉和風ソテー・中華サラダ・トマト・味噌汁(玉葱、舞茸)・グレープフルーツ	クロワッサンサンド・スキムミルク	469	23.3	24.2	1.6
25	火	シシャモのピカタ・ひじき和え・ほうれん草・すまし汁(筍、白菜)・オレンジ	タコライス・お茶	392	28.3	18.1	1.9
26	水	お誕生会 🎂 お楽しみメニュー					
27	木	豆腐と納豆の仲良し揚げ・海藻サラダ・ゆかり大根・味噌汁(もやし、ほうれん草)・キウイ	たらこスパゲティ・お茶	373	15.6	18.7	1.9
28	金	白菜と肉団子の旨煮・利休和え・粉ふき芋・すまし汁(卵豆腐、にら)・バナナ	大学芋・お茶	427	12.8	17.6	1.6
29	土	保育参観					

※仕入れ状況により献立内容が変更になる場合があります。

※たんぼ組はピーナツとくるみ、もも組はくるみを除去しています。

野菜のお世話がはじまりました！

今年はいも、ピーマン、人参、大根、4つのグループに分けて行います。他には毎年恒例のお米。こちらもグループごとにお世話をします。今年はたくさん収穫できるかな？張り切ってお世話をしてくれています。



食中毒に注意！

食中毒の中で発生件数が多いのがサルモネラ菌と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。家庭でもしっかり手洗い、調理後はすぐに食べる、十分火を通すなどで気を付けましょう。

お知らせ

12日(水)…おにぎりの日
(たんぼ組、もも組は園で準備します)
26日(水)…お誕生会