

平成30年 6月予定献立表

日曜	献立	離乳食献立名	おやつ		食材	エネルギー量
			AM 未満児	PM 全園児		kcal
1金	ごはん 鶏肉のマーレード焼き ツナと大根のサラダ 豆腐スープ	おかゆ 鶏肉と野菜煮 豆腐スープ	かにパン	オレンジジュース コアラのマーチ	こめ 鶏もも肉 ツナ だいこん スイートコーン きゅうり とうふ みずな にんじん たまご	未満児 510 以上児 598
2土	野菜サンド ポテトサラダ 牛乳			飲み物 おやつ		
4月	ごはん 焼き魚 きらきらきんぴら みそ汁	おかゆ 煮魚 みそ汁	野菜チップス	牛乳 黒糖蒸しパン	こめ さけ こんにやく ごぼう にんじん さつまいも いんげん はくさい だいこん しめじ ねぎ	未満児 510 以上児 604
5火	ごはん チャブチエ 中華風和え物 ワンタンスープ	おかゆ 春雨と野菜煮 スープ	野菜スティック	プリン	こめ 豚こま肉 たけのこ水煮 しいたけ にんじん ピーマン 春雨 きゅうり ロースハム キャベツ 白菜 もやし なら	未満児 508 以上児 602
6水	きつねうどん 一口がんも煮 くだもの	煮込み類 がんも煮 くだもの	鈴かすてら	ヤクルト 栗芋チップス	うどん あぶらあげ ほうれんそう ねぎ しいたけ なんと ひとくちがんと メロン	未満児 509 以上児 601
7木	ごはん 豚の生姜焼き わかめサラダ きのことみそ汁	おかゆ 豚肉と野菜煮 みそ汁	ブロッコリー煮	飲むヨーグルト 甘煮	こめ 豚こま肉 たまねぎ もやし にんじん わかめ カニかまぼこ キャベツ しいたけ しめじ じゃがいも ねぎ	未満児 509 以上児 602
8金	ロールパン 煮込みハンバーグ チーズサラダ コーンスープ	パン粥 ひき肉と野菜煮 コーンスープ	サブレ	麦茶 おにぎり	ロールパン 豚ひき肉 しめじ マッシュルーム にんじん たまねぎ キャベツ ダイスターズ スイートコーン	未満児 510 以上児 602
9土	ごはん 照り焼きチキン 野菜の即席漬け みそ汁			飲み物 おやつ		
11月	じゃがいもたっぷりカレーライス コールスローサラダ 福神漬け くだもの	おかゆ ひき肉と野菜煮 くだもの	せんべい	麦茶 もちもちチーズパン	こめ 豚ひき肉 じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ にんじん スイートコーン 福神漬け オレンジ	未満児 510 以上児 602
12火	ナポリタンスパゲティ フライドポテト 野菜スープ	煮込み類 ふかし芋 やさいスープ	ブリッツ	フルーツヨーグルト	スパゲティ マッシュルーム缶 たまねぎ にんじん ピーマン じゃがいも ベーコン みずな あさつき	未満児 510 以上児 602
13水	二色丼 もやしサラダ みそ汁	おかゆ とりそぼろ みそ汁	野菜スティック	牛乳 ビスケット	こめ 鶏ひき肉 たまご グリンピース もやし にんじん だいこん あさつき あぶらあげ	未満児 509 以上児 600
14木	ツナサンド かぼちゃのキッシュ やさいスープ くだもの	パン粥 かぼちゃ煮 スープ くだもの	ウエハース	麦茶 ゼリーフライ	食パン ツナ きゅうり ほうれん草 たまねぎ かぼちゃ たまご ロースハム ベーコン にんじん みずな あさつき パナナ	未満児 510 以上児 602
15金	ごはん 唐揚げ わかめときゅうりの酢の物 みそ汁	おかゆ 鶏肉と野菜煮 みそ汁	ふかし芋	麦茶 チーズ クラッカー	こめ 鶏もも肉 きゅうり わかめ にんじん はくさい だいこん しめじ ねぎ	未満児 510 以上児 610
16土	ピザトースト スパゲティサラダ 牛乳			飲み物 おやつ		
18月	ふりかけごはん 肉じゃが ブロッコリーのおかか和え みそ汁	おかゆ 肉じゃが ブロッコリー煮 みそ汁	プチダンゴ	飲むヨーグルト せんべい	こめ ふりかけ 豚こま肉 じゃがいも たまねぎ にんじん こんにやく ブロッコリー わかめ とうふ あさつき	未満児 511 以上児 602
19火	ケチャップライス ウィンナー炒め グリーンサラダ コンソメスープ	おかゆ ひき肉と野菜煮 コンソメスープ	バナナチップス	麦茶 お誕生メニュー	こめ むきえび ミックスベジタブル マッシュルーム たまねぎ ウィンナー レタス きゅうり コーン ベーコン みずな	未満児 510 以上児 598
20水	食パン ヘルシーミートローフ ジャコサラダ キャンディチーズ トマトスープ	パン粥 ひき肉と野菜煮 トマトスープ	くだもの	ジョア かっぱえびせん	食パン 豚ひき肉 とうふ たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん しらす チーズ はくさい 大豆水煮 セロリ	未満児 509 以上児 603
21木	ごはん ツナとじゃがいものマヨネーズ焼き 胡麻和え すまし汁	おかゆ ひき肉と野菜煮 すまし汁	チーズかまぼこ	ヨーグルト	こめ ツナ じゃがいも たまねぎ スイートコーン ほうれんそう にんじん ふ みつば	未満児 511 以上児 598
22金	タンメン 揚げシューマイ ゼリー	煮込み類 シューマイ煮 ゼリー	野菜スティック	麦茶 ウィンナーパイ	中華めん 豚こま肉 にんじん キャベツ もやし なら なんと ねぎ きくらげ シューマイ ゼリー	未満児 509 以上児 598
23土	焼きそばパン ポテトサラダ 牛乳			飲み物 おやつ		
25月	ごはん キャベツと豚肉のみそ炒め なめたけ和え すいとん	おかゆ 豚肉と野菜煮 みそ汁	チーズ	りんごジュース サブレ	こめ 豚こま肉 キャベツ 赤ピーマン きくらげ ねぎ もやし にんじん はくさい だいこん しいたけ あさつき	未満児 510 以上児 604
26火	鶏肉うどん キスの天ぷら 杏仁豆腐	煮込み類 煮魚 ヘビダンゴ	魚肉ソーセージ	麦茶 チーズホットケーキ	ゆでうどん 鶏こま肉 はくさい こまつな にんじん なんと ねぎ キス 杏仁豆腐 みかん缶	未満児 510 以上児 599
27水	ごはん 豚肉のすき焼き煮 ブロッコリーときのこのサラダ もやしのみそ汁	おかゆ 豚肉と野菜煮 みそ汁	ゼリー	白ぶどうジュース やさいポテト	こめ 豚こま肉 焼き豆腐 たまねぎ しらすき ブロッコリー にんじん えのき しめじ もやし わかめ	未満児 511 以上児 600
28木	クワワツサン マカロニグラタン コンソメスープ くだもの	パン粥 マカロニ煮 スープ くだもの	ふかしかぼちゃ	麦茶 おいなりさん	クワワツサン マカロニ たまねぎ にんじん えび ベーコン はくさい しめじ キウイフルーツ	未満児 509 以上児 603
29金	ごはん 焼き魚 ひじき煮 豚汁	おかゆ 煮魚 ひじき煮 みそ汁	ビスコ	牛乳 ホイップサンド	こめ さば ひじき にんじん 大豆水煮 あぶらあげ 豚こま肉 だいこん とうふ はくさい	未満児 510 以上児 603
30土	ごはん チキンカツ 和え物 みそ汁			飲み物 おやつ		

※午前おやつでは毎回カルシウム麦茶を提供しています。

※献立は材料の都合により変更する場合があります。



季節の変わり目で体力が落ちてくる梅雨に入ります。
この季節は食中毒に注意しましょう。
菌が増えても、食品の味や風味の変化に気づかず
食べてしまいがちです。
給食室でも衛生管理によりいっそう気を付けて
安全でおいしい給食を作ります。

6月4日～10日は歯と口の健康習慣です。
虫歯予防のために、カルシウムが多く含まれる乳製品や小魚、
カルシウム代謝を助けるビタミンDが多いしいたけ、
エナメル質を強化するビタミンAの多い緑黄色野菜など、
意識しながらバランスよく食べて歯を守りましょう。



家庭での食中毒対策

- できることから見直してみよう。
- ①食品は新鮮なものを選ぶ。
 - ②肉や魚は汁がもれないよう、購入時に個別にビニール袋に入れ、冷蔵庫へ。
 - ③冷凍食品は室温での解凍は避け、電子レンジや冷蔵庫で解凍。
 - ④まな板と包丁は「生肉・加熱用鮮魚など加熱する食材用」と、「サラダ用野菜や調理済み食品など加熱しないで食べる食材用」の2つを用意。
 - ⑤電子レンジを使用するときは均一に加熱。
 - ⑥キッチンは整理整頓・清潔に！

