



6月のこんだて

【給食目標】

よくかんで食べましょう

吉井北保育園

令和2年 6月

日 曜	こんだてめい		お や つ		
			9時(未満児)	3時(共通)	
1 月	ご飯	チキン竜田揚げ キャベツとハムのサラダ ミネストローネ りんご	磯辺玉子焼き	牛乳	厚揚げ煮
2 火	麦ご飯	ジャージャー麺 ほうれん草と卵の和え物 中華スープ オレンジ	じゃが煮	牛乳	南瓜のホットケーキ
3 水	ご飯	魚の塩焼き 切り干し大根の煮物 豆腐のみそ汁 パイナップル	大豆煮	牛乳	炊きこみおにぎり
4 木	おにぎり	運動会プレート(唐揚げ 卵焼き ウインナー ポテトサラダ ブロッコリー トマト りんご)そうめん汁	バナナ	牛乳	フルーツヨーグルト ウエハース
5 金	ご飯	大豆のかき揚げ ごちそう金平 イエローシチュー キウイ	ラスク	牛乳	黒糖蒸しパン
6 土	ご飯	生姜焼き キャベツのサラダ 豆乳スープ	りんご	牛乳	チョコタフィ
8 月	ご飯	ポテトコロッケ コールスローサラダ ワカメのすまし汁 オレンジ	厚揚げの味噌だれ	牛乳	チヂミ
9 火	ご飯	三色丼 ひじきの炒り煮 キャベツの味噌汁 りんご	きな粉団子	牛乳	ハムたまサンド
10 水	ご飯	魚の照り焼き 春雨の酢の物 団子汁 メロン	じゃがバター	牛乳	水ようかん
11 木	ご飯	チャンポン 和え物 ちくわの天ぷら バナナ	豆腐煮	牛乳	ヨーグルトスコーン
12 金	ご飯	手作りがんも 野菜炒め 厚揚げの味噌汁 パイナップル	マカロニあべかわ	牛乳	ゴマとワカメのかりんとう オレンジ
13 土	ご飯	ポテトオムレツ トマトのマリネ けんちん汁	バナナ	牛乳	バタークッキー
15 月	ご飯	カレー ゴマじゃこサラダ 法連草のスープ りんご	ホットケーキ	牛乳	冷やしぜんざい
16 火	パン	ミートスパゲッティ フレンチサラダ 小松菜のかきたまスープ オレンジ	高野豆腐煮	牛乳	いなり寿司
17 水	ご飯	魚の南蛮漬 じゃが芋のそぼろ煮 味噌ミルクスープ バナナ	ミルク餅	牛乳	ポンデリング
18 木	ご飯	冷やし中華 ひじきの彩りサラダ ワカメスープ パイナップル	蒸しパン	牛乳	梅が枝餅
19 金	ご飯	つくねの磯辺焼き 山吹和え 豚汁 メロン	カルシウムラスク	牛乳	ちくわサラダ
20 土	ご飯	八宝菜 ビーンズサラダ 春雨スープ	きな粉ヨーグルト	牛乳	芋かりんどう
22 月	麦ご飯	鶏天 もやし中華サラダ 南瓜の味噌汁 キウイ	人参蒸しパン	牛乳	そうめん汁
23 火	じゃこ卵ご飯	肉団子 チンジャオロース 角切りスープ オレンジ	マカロニスープ	牛乳	あんこ巻き
24 水	ご飯	フワフワすりみバーグ ビーフン えのきのすまし汁 りんご	南瓜煮	牛乳	プリン
25 木	人参ご飯	トルコライス(とんかつ ナポリタン 塩キャベツ プチトマト) 野菜スープ スイカ	ロールパン	ヤクルト	クレープ
26 金	ご飯	親子丼 厚揚げの甘辛いいため じゃが芋の味噌汁 バナナ	厚揚げ煮	牛乳	苺ジャム入りカップケーキ
27 土	ご飯	豚肉と野菜の味噌炒め 南瓜の天ぷら 豆腐のすまし汁	みたらし団子	牛乳	牛乳寒 アーモンドフィッシュ
29 月	ご飯	ハンバーグ 胡瓜とワカメの酢の物 卵スープ キウイ	きな粉トースト	牛乳	アップルパイ
30 火	ご飯	ささみのフライ マカロニサラダ ポトフ パイナップル	こふき芋	牛乳	どら焼き

食中毒の予防

季節の変わり目で体力が落ちてくる梅雨に入ります。この時期は食中毒に注意したいですね。菌が増えても、食品の味や風味の変化に気づかずに食べてしまいがちです。食品管理に気をつけましょう。

- 1、しっかり加熱する。
- 2、できたらすぐに食べる。
- 3、冷蔵庫で保存する。

