

6月 給食だより



薫幼稚園 R6.5.25

2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)
月平均の栄養価 エネルギー 502 kcal たんぱく質 20.1 g Ca 285mg 食塩相当量 1.2 g	枝豆と鮭のごはん 牛乳 関東煮 メロン 白米 枝豆 鮭 大根 人参 半平 ちくわ がんも 醤油 砂糖 かつお 昆布 みりん メロン	親子丼 牛乳 味噌汁 白米 鶏肉 玉葱 人参 三 つ葉 卵 椎茸 醤油 砂糖 味噌 茄子 豆腐 あげ 葱 えのき 味噌 酒 みりん	カレーうどん 牛乳 しゅうまい うどん 鶏肉 人参 玉葱 葱 蒲鉾 あげ かつお カ レールウ 醤油 みりん 椎 茸 小松菜 しゅうまい	ゆかりごはん 牛乳 豚汁 切り干し大根の炒め煮 白米 ゆかり 人参 大根 牛蒡 豚肉 豆腐 葱 あげ 玉葱 蒟蒻 味噌 酒 みり ん 昆布 切り干し大根 醬 油 砂糖 味噌
エネルギー 食塩相当量 おやつ	529 kcal 1.5 g ばかうけ	540 kcal 1.5 g こめポンパー	394 kcal 1.6 g —	517 kcal 1.3 g ウエハース
9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)
チキンライス 牛乳 玉子スープ パイン 白米 鶏肉 玉葱 人参 ピース ケチャップ トマトピューレ ソ ース コンソメ バター 豆腐 あげ えのき かに蒲鉾 卵 葱 鶏がらスープ 醤油 酒 ゴマ パイン	バターコッペ 牛乳 肉団子スープ カミカミサラダ 鶏肉 豆腐 生姜 醤油 ご ま油 片栗粉 ブロッコリー 人参 きゃべつ しめじ 春 雨 コンソメ ゴマ ごま油 きゅうり 大根 もやし さ きいか 砂糖 酢	菜飯 牛乳 厚揚げと根菜の煮物 きゅうりのゆかり和え 白米 かつお 昆布 鶏肉 鶏肉 生麩 大根 人参 牛 蒡 蓮根 椎茸 醤油 酒 みりん 砂糖 きゅうり ゆ かり	五目らーめん 牛乳 コロッケ 中華麺 豚肉 蒲鉾 人参 もやし 白菜 小松菜 葱 中華スープ 醤油 昆布 ご ま油 コロッケ 油	ビビンバ 牛乳 にら玉スープ ミニゼリー 白米 酒 ごま油 豚肉 醬 油 砂糖 生姜 大蒜 いん げん 人参 もやし ぜんま い ゴマ 豆腐 にら あげ えのき 玉葱 鶏がらスープ ゼリー
510 kcal 0.5 g 田舎のおかき	454 kcal 0.9 g 味しらべ	464 kcal 0.5 g ラムネ	534 kcal 1.2 g おにぎりせんべい	504 kcal 1.0 g ホームパイ
16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)
ご飯 (のり佃煮) 牛乳 田舎汁 ごぼうのサラダ 白米 のり佃煮 牛蒡 マヨ ネーズ 醤油 ゴマ 人参 大根 小松菜 豆腐 あげ さつまいも しめじ 牛蒡 味噌 かつお 昆布	しそひじきご飯 牛乳 にゅうめん 金時豆 白米 ひじき ゆかり ごま 豆腐 あげ 鶏肉 葱 そう めん 人参 椎茸 舞茸 白 だし 醤油 金時豆 砂糖	ウインナーと 牛乳 コーンのピラフ ミネストローネ プルーン 白米 ウインナー 玉葱 コーン 人参 ピース バター コンソメ 塩 大豆 ベーコン 人参 しめ じ 玉葱 ブッキーニ 大根 ト マト オリーブオイル 大蒜 ロ ーリエ プルーン	冷やしうどん 牛乳 白身魚フライ うどん 鶏肉 きゅうり レ タス 人参 つゆ 白身魚フ ライ 油	うたとリズムの会
541 kcal 0.9 g バタークッキー	495 kcal 0.8 g ラムネ	545 kcal 1.0 g 豆もち	423 kcal 1.3 g —	
23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	
バターコッペ 牛乳 和風ハンバーグ ポトフ パン ハンバーグ 玉葱 人 参 えのき 枝豆 椎茸 き ゃべつ ジャガイモ ウイン ナー パセリ ローリエ コ ンソメ 鶏がらスープ	中華飯 牛乳 わかめスープ 白米 人参 豚肉 いか え び 玉葱 白菜 筍 醤油 中華スープ 片栗粉 生姜 わかめ 豆腐 蒲鉾 えのき 鶏がらスープ 酒	黒豆おこわ 牛乳 五目汁 ブロッコリーの おかか和え 白米 もち米 黒豆 砂糖 ブロッコリー 人参 きゃべ つ 塩昆布 かつお ごま油 醤油 豆腐 あげ 鶏肉 葱 人参 大根 椎茸 白だし	ちらし寿司 牛乳 澄まし汁 ミニゼリー 白米 昆布 酢 砂糖 塩 醤油 卵 人参 蓮根 椎茸 かんぴょう わかめ 豆腐 玉葱 あげ 白だし かつお 昆布 えのき	菜飯 牛乳 田舎汁 手羽元の煮つけ 白米 菜めし 鶏肉 醤油 砂糖 酢 きゃべつ 人参 玉葱 舞茸 ブロッコリー あげ カレールウ コンソメ
461 kcal 1.3 g ミニミルクアイス	507 kcal 0.3 g 黒棒	494 kcal 1.0 g チューペット	572 kcal 1.0 g 無限のり	506 kcal 1.0 g チューペット
30 (月)	(火)	(水)	(木)	(金)
ハヤシライス 牛乳 マカロニサラダ 白米 人参 玉葱 トマト ハヤシブレイク デミグラス ソース ワイン ケチャップ 砂糖 しめじ マカロニ き ゆうり ハム ブロッコリー マヨネーズ 塩 こしょう				☆天候や都合によって、 献立やおやつを急に変更 することがあります。 ご了承ください。
572 kcal 1.3 g ハッピーターン ヤクルト				



家庭でできる食中毒対策

この季節に気がかりなのが食中毒。子どもはまだ食中毒を引き起こす菌に対する抵抗力が十分ではないので、衛生管理には大人の注意が欠かせません。(1)買い物をするときは、消費期限を確認する。(2)冷蔵庫でなまものを保存するときは、ビニール袋などに入れ、他の物と区別する。(3)手洗いをしっかり行い、調理器具もこまめに洗う。(4)加熱調理が必要な食品は、必ずひと煮立ちさせる。(5)残った食材や料理は、早く冷えるように小分けにして保存する。家庭でもちょっとした対策をすることで、防ぐことができます。ぜひ実践してみてください。



よく噛むための言葉かけ

「モグモグ、カミカミ」と言っても、どうするのかがわからない子どもには、子ども自身の手で奥歯を触らせて「ここでカミカミするよ」と伝え、「かんだらどんな音がするかな？ どう、聞こえたかな？」「かんだらどんな味がしてきた？」などと、自分がしっかりかむことで感じる感覚を、言葉にできるように働きかけます。食べ物のかみごたえを楽しみながら、ゆっくりと味わって食べましょう。

