

6月給食だより

新検尾台保育園

日付	献立	材料名			乳児(1~2才) 午前おやつ	午後おやつ
		血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの		
1(月)	ごはん、鶏肉の照り焼き にんじんの炒り煮、小松菜のスープ	牛乳 鶏肉	米(七分)、植物油 三温糖 本みりん	にんじん、さやいんげん こまつな、えのきたけ 玉ねぎ、果物	果物 牛乳	プリン 牛乳
2(火)	ごはん、マーボー豆腐 華風スープ	牛乳、絹ごし豆腐 豚ひき肉 みそ	米(七分)、植物油、ごま油 本みりん、かたくり粉 食パン、いちごジャム	しょうが、にんにく、にんじん 青ねぎ、もやし、玉ねぎ 干し椎茸、にら、果物	果物 牛乳	ジャムサンド 牛乳
3(水)	わかめごはん、野菜炒め 豆腐のみそ汁	牛乳、カットわかめ ちりめんじゃこ、油揚げ 豚肉、木綿豆腐、みそ	米(七分)、植物油 上白糖、薄力粉 揚げ油	にんじん、たけのこ、キャベツ 玉ねぎ、青ねぎ、ホルモン 冷凍くりかぼちゃ、果物	果物 牛乳	かぼちゃ ボール 牛乳
4(木)	ミートスパゲティー 野菜スープ	牛乳 豚ひき肉	スパゲティー 植物油 薄力粉	にんじん、玉ねぎ キャベツ、セリ 果物	お菓子 牛乳	果物 お菓子 牛乳
5(金)	ごはん、焼魚 切干大根の煮付け、キャベツのみそ汁	牛乳、魚 油揚げ みそ	米(七分) 植物油 上白糖	切干しだいこん、にんじん キャベツ、玉ねぎ 青ねぎ、果物	果物 牛乳	お菓子 牛乳
6(土)	豚丼 お茶	牛乳 豚肉	米(七分)、植物油 三温糖 本みりん	にんじん 玉ねぎ、青ねぎ 果物	果物 牛乳	やさいぜりー 牛乳
8(月)	ごはん、白身魚のフライ チンゲン菜の炒め煮、ポテトスープ	牛乳 魚 豚肉	米(七分)、薄力粉、植物油 ごま油、かたくり粉 じゃがいも、パン粉	チンゲン菜、にんじん キャベツ、パセリ 果物	果物 牛乳	お菓子 牛乳
9(火)	チキンカレー 野菜ソテー	牛乳 鶏肉	米(七分)、じゃがいも 植物油、薄力粉 三温糖	にんじん、玉ねぎ、ピーマン しょうが、にんにく、キャベツ トマト100%ジュース、ホルモン、果物	果物 牛乳	ヨーグルト 果物
10(水)	ごはん、豆腐の小判焼き キャベツの炒め煮、もやしのみそ汁	牛乳、木綿豆腐 豚ひき肉 みそ	米(七分)、植物油 薄力粉、上白糖 白ごま	にんじん、玉ねぎ 青ねぎ、キャベツ もやし、果物	果物 牛乳	コーンフレーク 牛乳
11(木)	ごはん、鶏肉のしょうが焼き じゃがいもの炒め煮、ほうれん草のスープ	牛乳 鶏肉	米(七分)、本みりん 植物油、じゃがいも 上白糖	しょうが、にんじん ほうれん草、えのきたけ 玉ねぎ、えだまめ	お菓子 牛乳	枝豆 お菓子 牛乳
12(金)	きつねうどん 豚肉となすの炒め物	牛乳、すしあげ 豚肉 きな粉	乾めん、三温糖、本みりん 植物油、上白糖 わらび粉	青ねぎ、長なす にんじん 果物	果物 牛乳	わらび餅 牛乳
13(土)	ミートサンド 牛乳	豚ひき肉 牛乳	食パン 植物油 薄力粉	にんじん 玉ねぎ 果物	果物	フルーツゼリー 牛乳
15(月)	ごはん、焼魚 切干大根の煮付け、キャベツのみそ汁	牛乳、魚 油揚げ みそ	米(七分) 植物油 上白糖	切干しだいこん、にんじん キャベツ、玉ねぎ 青ねぎ、果物	果物 牛乳	お菓子 牛乳
16(火)	ごはん、マーボー豆腐 華風スープ	牛乳、絹ごし豆腐 豚ひき肉 みそ	米(七分)、植物油、ごま油 本みりん、かたくり粉	しょうが、にんにく、にんじん 青ねぎ、もやし、玉ねぎ、果物 干し椎茸、にら、とうもろこし	果物 牛乳	茹とうもろこし お菓子 牛乳
17(水)	わかめごはん、野菜炒め 豆腐のみそ汁	牛乳、カットわかめ ちりめんじゃこ、油揚げ 豚肉、木綿豆腐、みそ	米(七分)、植物油 上白糖、薄力粉 揚げ油	にんじん、たけのこ、キャベツ 玉ねぎ、青ねぎ、ホルモン 冷凍くりかぼちゃ、果物	果物 牛乳	かぼちゃ ボール 牛乳
18(木)	ミートスパゲティー 野菜スープ	牛乳 豚ひき肉	スパゲティー 植物油 薄力粉	にんじん、玉ねぎ キャベツ、セリ 果物	お菓子 牛乳	果物 お菓子 牛乳
19(金)	ごはん、豚肉のゴマ風味焼き ひじきの煮付け、豆腐のすまし	牛乳、豚肉 油揚げ、干ひじき 木綿豆腐	米(七分)、白ごま かたくり粉、植物油 三温糖	にんじん、玉ねぎ 青ねぎ 果物	果物 牛乳	お菓子 牛乳
20(土)	豚丼 お茶	牛乳 豚肉	米(七分)、植物油 三温糖 本みりん	にんじん 玉ねぎ、青ねぎ 果物	果物 牛乳	やさいぜりー 牛乳
22(月)	ごはん、白身魚のフライ チンゲン菜の炒め煮、ポテトスープ	牛乳 魚 豚肉	米(七分)、薄力粉、植物油 ごま油、かたくり粉 じゃがいも、パン粉	チンゲン菜、にんじん キャベツ、パセリ 果物	果物 牛乳	お菓子 牛乳
23(火)	チキンカレー 野菜ソテー	牛乳 鶏肉	米(七分)、じゃがいも 植物油、薄力粉 三温糖	にんじん、玉ねぎ、ピーマン しょうが、にんにく、キャベツ トマト100%ジュース、ホルモン、果物	果物 牛乳	ヨーグルト 果物
24(水)	ごはん、豆腐の小判焼き キャベツの炒め煮、もやしのみそ汁	牛乳、木綿豆腐 豚ひき肉 みそ	米(七分)、植物油 薄力粉、上白糖 白ごま	にんじん、玉ねぎ 青ねぎ、キャベツ もやし、果物	果物 牛乳	コーンフレーク 牛乳
25(木)	ごはん、鶏肉のしょうが焼き じゃがいもの炒め煮、ほうれん草のスープ	牛乳 鶏肉	米(七分)、本みりん 植物油、じゃがいも 上白糖	しょうが、にんじん ほうれん草、えのきたけ 玉ねぎ、えだまめ	お菓子 牛乳	枝豆 お菓子 牛乳
26(金)	きつねうどん 豚肉となすの炒め物	牛乳、すしあげ 豚肉 きな粉	乾めん、三温糖、本みりん 植物油、上白糖 わらび粉	青ねぎ、長なす にんじん 果物	果物 牛乳	わらび餅 牛乳
27(土)	ミートサンド 牛乳	豚ひき肉 牛乳	食パン 植物油 薄力粉	にんじん 玉ねぎ 果物	果物	フルーツゼリー 牛乳
29(月)	ごはん、鶏肉の照り焼き にんじんの炒り煮、小松菜のスープ	牛乳 鶏肉	米(七分)、植物油 三温糖 本みりん	にんじん、さやいんげん こまつな、えのきたけ 玉ねぎ、果物	果物 牛乳	プリン 牛乳
30(火)	ごはん、豚肉のゴマ風味焼き ひじきの煮付け、豆腐のすまし	牛乳、豚肉 油揚げ、干ひじき 木綿豆腐	米(七分)、白ごま かたくり粉、植物油 三温糖	にんじん、玉ねぎ 青ねぎ 果物	果物 牛乳	お菓子 牛乳

行事などの都合により献立が変更になる場合があります

ご家庭でも食中毒にご注意を

1. 買い物するとき

- *肉、魚、野菜などの生鮮食品は新鮮なものを購入しましょう。
- *冷蔵、冷凍が必要なものは最後に買う。
- *肉や魚の汁がもれないようポリ袋に入れる。

2. 家庭での保存

- *冷蔵、冷凍が必要なものは帰ったらすぐ冷蔵、冷凍庫へ。
- *冷蔵庫の中でも、他の食品に汁が付かないよう容器やポリ袋に入れる。
- *冷蔵庫の詰めすぎに注意。目安は、7割くらい。
- *冷蔵庫…10℃以下に
- 冷凍庫…-15℃以下に



3. 調理のとき

- *タオルや布巾は、常に清潔なものを。
- *肉、魚、卵を扱う時は、その前後に必ず石鹸で手指を洗う。
- *生の肉や魚を切った後のまな板や包丁で、野菜を切ったりせず、洗ってから熱湯をかけて、消毒したあと、使う。
- *生で食べる調理済みの食品に、肉や魚の汁がかからないように。

