

7月給食だより

新検尾台保育園

日付	献立	材料名			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(木)	ごはん、チキンカレースープ 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 キャベツ ホルモン	プリン 牛乳
2(金)	ごはん、魚のフライ 切干大根の煮付け、ちしゃ菜のみそ汁	牛乳、魚 油揚げ みそ	米(七分)、植物油 上白糖 パン粉	切干しだいこん、にんじん ちしゃ菜、玉ねぎ 果物	果物 お菓子 牛乳
3(土)	中華丼 お茶	牛乳 豚肉	米(七分) 植物油 かたくり粉	にんじん、はくさい 青ねぎ、しょうが 果物	フルーツゼリー 牛乳
5(月)	ごはん、じゃがいものインド風煮 豆腐のスープ	牛乳 豚ひき肉 木綿豆腐	米(七分)、じゃがいも 上白糖 植物油	玉ねぎ、ピーマン にんじん、しょうが にら、果物	ヨーグルト 果物
6(火)	菜飯、かぼちゃの甘煮 わかめのみそ汁	牛乳、豚肉 かつわかめ、油揚げ みそ	米(七分)、植物油、上白糖 本みりん、じゃがいも 上新粉、揚げ油	ちしゃ菜、にんじん たけのこ(ゆで)、西洋かぼちゃ 玉ねぎ、青ねぎ	揚げじゃがもち 牛乳
7(水)	ごはん、魚の煮付け ひじきの煮付け、にゅうめん	牛乳、魚 油揚げ 干ひじき(乾)	米(七分)、上白糖 本みりん、植物油 三温糖、そうめん	にんじん 玉ねぎ オクラ	お菓子 牛乳
8(木)	和風スパゲティー 野菜スープ	牛乳、ベーコン 刻みのり コンデンスミルク	スパゲティー、植物油 かたくり粉 食パン	にんじん、玉ねぎ ぶなしめじ、キャベツ トマト	練乳サンド 牛乳
9(金)	ごはん、とんかつ にんじんの炒り煮、とうがのみそ汁	牛乳、豚肉 油揚げ みそ	米(七分)、薄力粉 細目パン粉、揚げ油 植物油、本みりん	にんじん、さやいんげん とうがん、玉ねぎ 青ねぎ	コーンフレーク 牛乳
10(土)	ロールパン かぼちゃ入りクリームスープ	鶏肉 牛乳	ロールパン 植物油 薄力粉	西洋かぼちゃ、にんじん 玉ねぎ 果物	フルーツゼリー 牛乳
12(月)	みそラーメン チンゲン菜の炒め煮	牛乳、豚肉 みそ ベーコン	中華めん(ゆで)、ごま油 植物油 かたくり粉	にんじん、もやし 青ねぎ、ホルモン チンゲン菜	お菓子 牛乳
13(火)	ごはん、高野の含め煮 焼きビーフン、かぼちゃのみそ汁	牛乳、高野豆腐 豚肉、みそ きな粉	米(七分)、上白糖 ピーマン、ごま油 わらび粉	玉ねぎ、にんじん ピーマン、西洋かぼちゃ 青ねぎ	わらび餅 牛乳
14(水)	ごはん、鶏肉のから揚げ じゃがいものきんぴら、なすのみそ汁	牛乳、鶏肉 ちりめんじゃこ みそ	米(七分)、かたくり粉、揚げ油 じゃがいも、植物油、上白糖 本みりん、白ごま	にんじん、ピーマン 長なす、玉ねぎ 青ねぎ、とうもろこし	茹でとうもろこし お菓子 牛乳
15(木)	ごはん、チキンカレースープ 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 キャベツ ホルモン	プリン 牛乳
16(金)	ごはん、魚のフライ 切干大根の煮付け、ちしゃ菜のみそ汁	牛乳、魚 油揚げ みそ	米(七分)、植物油 上白糖 パン粉	切干しだいこん、にんじん ちしゃ菜、玉ねぎ 果物	果物 お菓子 牛乳
17(土)	中華丼 お茶	牛乳 豚肉	米(七分) 植物油 かたくり粉	にんじん、はくさい 青ねぎ、しょうが 果物	フルーツゼリー 牛乳
19(月)	ごはん、じゃがいものインド風煮 豆腐のスープ	牛乳 豚ひき肉 木綿豆腐	米(七分)、じゃがいも 上白糖 植物油	玉ねぎ、ピーマン にんじん、しょうが にら、果物	ヨーグルト 果物
20(火)	菜飯、かぼちゃの甘煮 わかめのみそ汁	牛乳、豚肉 かつわかめ、油揚げ みそ	米(七分)、植物油、上白糖 本みりん、じゃがいも 上新粉、揚げ油	ちしゃ菜、にんじん たけのこ(ゆで)、西洋かぼちゃ 玉ねぎ、青ねぎ	揚げじゃがもち 牛乳
21(水)	ごはん、魚の煮付け ひじきの煮付け、にゅうめん	牛乳、魚 油揚げ 干ひじき(乾)	米(七分)、上白糖 本みりん、植物油 三温糖、そうめん	にんじん 玉ねぎ オクラ	お菓子 牛乳
24(土)	ロールパン かぼちゃ入りクリームスープ	鶏肉 牛乳	ロールパン 植物油 薄力粉	西洋かぼちゃ、にんじん 玉ねぎ 果物	フルーツゼリー 牛乳
26(月)	みそラーメン チンゲン菜の炒め煮	牛乳、豚肉 みそ ベーコン	中華めん(ゆで)、ごま油 植物油 かたくり粉	にんじん、もやし 青ねぎ、ホルモン チンゲン菜	お菓子 牛乳
27(火)	ごはん、高野の含め煮 焼きビーフン、かぼちゃのみそ汁	牛乳、高野豆腐 豚肉、みそ きな粉	米(七分)、上白糖 ピーマン、ごま油 わらび粉	玉ねぎ、にんじん ピーマン、西洋かぼちゃ 青ねぎ	わらび餅 牛乳
28(水)	ごはん、魚の竜田揚げ キャベツの炒め煮、豆腐のすまし	牛乳 魚 木綿豆腐	米(七分)、本みりん かたくり粉、揚げ油 植物油、上白糖、白ごま	しょうが、キャベツ にんじん、玉ねぎ 青ねぎ、果物	果物 お菓子 牛乳
29(木)	和風スパゲティー 野菜スープ	牛乳、ベーコン 刻みのり コンデンスミルク	スパゲティー、植物油 かたくり粉 食パン	にんじん、玉ねぎ ぶなしめじ、キャベツ トマト	練乳サンド 牛乳
30(金)	ごはん、とんかつ にんじんの炒り煮、とうがのみそ汁	牛乳、豚肉 油揚げ みそ	米(七分)、薄力粉 細目パン粉、揚げ油 植物油、本みりん	にんじん、さやいんげん とうがん、玉ねぎ 青ねぎ	コーンフレーク 牛乳
31(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	フルーツゼリー 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!! パート2

4. 調理のとき

- * 野菜、果物などは流水でよく洗う。
- * 加熱は、中心まで十分に。



5. 食事のとき

- * 食事の前には、石鹸で手を洗う。
- * 調理前も調理後も室温に長く放置しない。
- * 温かい料理は常に温かく! 65℃以上
- * 冷たい料理は常に冷たく! 10℃以下



6. 後かたづけなど

- * 食器類はよく洗い、よく乾かす。
- * 残ったものは、きれいな食器や容器に入れて保存。
- * 熱が冷めてから、冷蔵庫・冷凍庫へ。
- * 時間がたち過ぎたら、思い切って捨てましょう。

早く冷めるよう浅い容器に小分けして保存する

熱湯をかけるとうまく乾く!

