



6月給食だより



令和2年6月1日

ちどり保育園

日	曜日	給食献立表	9時のおやつ	3時のおやつ
1	月	香味煮 ピーマンとツナの和え物 納豆 オレンジ	牛乳 こんがりサクサク	牛乳 セサミスティック
2	火	鶏ごぼう汁 キャベツとわかめの酢の物 焼きししゃも 焼きのり	牛乳 マンナ	牛乳 プレーンケーキ
3	水	かき揚げ もやしのナムル えのきのすまし汁 パイン缶	牛乳 ハードビスケット	牛乳 白い風船 小魚
4	木	魚のレモン風味焼き 豆腐チャンプルー トマト みそ汁	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 おかずパン
5	金	中華丼 きゅうりのゆかり和え 焼き春巻き わかめスープ	牛乳 シガーフライ	牛乳 フルーチェ
6	土	スープスパゲティ キャベツともやしの和え物 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい
8	月	ふわふわ煮 おじゃがのおかか和え ウインナー メロン	牛乳 こんがりサクサク	牛乳 水ようかん
9	火	鶏肉の天ぷら 五目とえ トマト 昆布の佃煮 コーンスープ	牛乳 マンナ	牛乳 レーズンクッキー
10	水	魚のカレー醤油焼き 春雨サラダ ブロッコリーの塩茹で きのこのすまし汁	牛乳 バナナ	牛乳 黒豆蒸しパン
11	木	豆乳ポトフ 切干大根のソース炒め チキンナゲット	牛乳 ハードビスケット	牛乳 シュガートースト
12	金	アンパンマンライス 鶏肉のから揚げ 新じゃがのスープ 桃缶	牛乳 シガーフライ	牛乳 アンパンマンせんべい 昆布
13	土	ぶっかけうどん 磯和え バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい
15	月	鶏肉とじゃが芋のケチャップ味 もやしのごま塩サラダ ブロッコリーの塩茹で オレンジ	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 にらともやしのチヂミ
16	火	マーボーなす 華風和え 揚げぎょうざ	牛乳 こんがりサクサク	牛乳 ハッピーターン
17	水	魚の塩焼き 新ごぼうとアスパラガスのきんぴら みそ汁 納豆	牛乳 マンナ	牛乳 チーズパインサンド
18	木	豚肉の冷しゃぶ 青菜とコーンの和え物 煮豆 豆腐のすまし汁	牛乳 ハードビスケット	牛乳 牛乳ゼリー
19	金	大豆入りカレーシチュー フレンチサラダ ゆで卵 オレンジ	牛乳 シガーフライ	牛乳 ビタミンクッキー
20	土	ツナサンド 豆乳コーンスープ バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい
22	月	豚肉と昆布の炒め煮 もやしの甘酢和え なめこ汁	牛乳 マンナ	牛乳 わかめおにぎり
23	火	魚のムニエルトマトソースかけ ごまドレッシングサラダ ワンタンスープ オレンジ	牛乳 ハードビスケット	牛乳 ジャムサンド
24	水	厚揚げとツナのハンバーグ スパゲティソテー みそ汁 手作りふりかけ	牛乳 バナナ	牛乳 くずもち
25	木	一口とんかつ 切干大根のマヨサラダ 人参しりしり パイン缶	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 (3才まで)みかんゼリー 牛乳 (4, 5才)りんごゼリー
26	金	そばろご飯 ベイクドじゃが芋 トマト 麩のすまし汁	牛乳 シガーフライ	牛乳 メロンパン
27	土	焼きそば きゅうりの酢の物 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい
29	月	鶏肉のさっぱり焼き ひじきの煮物 春雨スープ	牛乳 こんがりサクサク	牛乳 人参ゼリー
30	火	チンジャオロース 粉ふき芋 もずくスープ オレンジ (三未加算 磯の香ご飯)	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 米粉のもちもちケーキ



- ※0、1歳児には缶詰の果物は甘すぎたり、下痢をしやすいため生果物に替えています。
- ※0、1歳児にはカレールー(カレー粉)は、刺激が強いため使用せず他のもので味付けしています。
- ※0、1歳児に限っては、おやつが上記のものと変わることがあります。



ごはんの前には 手を洗おう!

食前の手洗いが習慣化すると、流水の刺激によって「今から食事だ」と体を感じるようになります。手洗いには、衛生面に加え、食事に備えて体に消化吸收の準備をさせるという意味もあります。だから、たとえ自分の手を使って食事をしない離乳食初期の子どもでも、食前の手洗いは欠かせません。初めてのひとさじを口にする離乳食の時期から、手を洗う習慣をつけることが大切です。