



6月給食献立表



令和2年6月
紅陽台ちどり保育園

日	曜日	3歳未満児 10時おやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	月	牛乳 ぱりんこ	香味煮・ピーマンとツナの和え物・納豆・オレンジ	牛乳 セサミスティック
2	火	牛乳 動物ビスケット	鶏ごぼう汁・キャベツとわかめの酢の物・焼きのり・焼きししやも	牛乳 プレーンケーキ
3	水	牛乳 シガーフライ	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 星たべよ・小魚
4	木	牛乳 バナナ	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 おかずパン
5	金	牛乳 あんぱんビスケット	中華丼・きゅうりのゆかり和え・わかめスープ・焼き春巻き	牛乳 フルーチェ(いちご)
6	土	牛乳 ビスケット	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
8	月	牛乳 こんがりサクサク	ふわふわ煮・おじゃがのおかか和え・メロン・ウインナー	牛乳 水ようかん
9	火	牛乳 アスパラガス	鶏肉の天ぷら・五目和え・トマト・ちくわの佃煮・コーンスープ	牛乳 レーズンクッキー
10	水	牛乳 きなこもち	魚のカレー・じゃようゆ焼き・春雨サラダ・ブロッコリーの塩ゆで・きのこのすまし汁	牛乳 黒豆入り蒸しパン
11	木	牛乳 ウエハース	豆乳ポトフ・切干大根のソース炒め・チキンナゲット	牛乳 シュガートースト
12	金	牛乳 あんぱんせんべい	そばろごはん・ベイクドじゃが芋・麩のすまし汁	牛乳 ぼたぼた焼き・昆布
13	土	牛乳 ビスケット	ぶっかけうどん・磯和え・バナナ	牛乳 ビスケット
15	月	牛乳 シガーフライ	鶏肉とじゃが芋のケチャップ煮・もやしのごま塩サラダ・ブロッコリーの塩ゆで・オレンジ	牛乳 いらの子デミ
16	火	牛乳 ぱりんこ	マーボーなす・華風和え・揚げぎょうざ	牛乳 うすやきサラダ
17	水	牛乳 あんぱんビスケット	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 チーズパインサンド
18	木	牛乳 バナナ	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 牛乳ゼリー
19	金	牛乳 動物ビスケット	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 ビタミンクッキー
20	土	牛乳 ビスケット	ツナサンド・豆乳コーンスープ・バナナ	牛乳 ビスケット
22	月	牛乳 マンナ	豚肉と昆布の炒め物・もやしの甘酢和え・なめこ汁	牛乳 わかめおにぎり
23	火	牛乳 あんぱんせんべい	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・ワタンスープ・オレンジ	牛乳 ジャムサンド
24	水	牛乳 クラッカー	厚揚げとツナのハンバーグ・スパゲティソース・みそ汁・手作りふりかけ	牛乳 くずもち
25	木	牛乳 エースコイン	一口トンカツ・切干大根のマヨサラダ・人参しりしり・オレンジ	牛乳 メロンパン
26	金	牛乳 きなこもち	あんぱんマンライス・鶏肉のから揚げ・新じゃがのスープ・パイン缶	牛乳 シフォンカスター
27	土	牛乳 ビスケット	焼きそば・きゅうりの酢の物・バナナ	牛乳 ビスケット
29	月	牛乳 小麦胚芽クラッカー	鶏のさっぱり焼き・ひじきの煮物・春雨スープ・焼きのり	牛乳 人参ゼリー
30	火	牛乳 ハードビスケット	チンジャオロース・粉ふき芋・もずくスープ・もも缶 (3歳未満 磯の香ご飯)	牛乳 米粉のもちもちケーキ

★ アレルギーのある方は、給食、おやつとも除去食や代替食で対応しています。

朝ごはんを食べて元気な一日

朝ごはんを食べると、頭と身体、腸にも目覚めのスイッチが入ります。温かいスープの香りや、カラフルなサラダの色は、「おいしそう!」と食欲をアップさせます。そして、なにより家族と一緒に食べることが大切。一日の原動力が生まれます。



親子クッキングのすすめ

料理は、親子のコミュニケーションの機会になります。幼い頃から、食材に触れ、調理の音、味など、五感を刺激されることで、料理への興味を持ち始めます。また、おいしくつくれた時の達成感や、自分で作ったものを食べたときの感動は、自信や満足感、感謝の気持ちにつながります。おうち時間も楽しく、有意義に過ごせるといいですね。

