



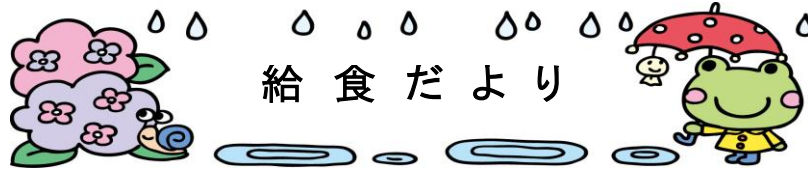
6月給食献立表



令和3年度
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	火	牛乳 ウエハース	鮭の塩焼き・新ごぼうとアスパラガスのきんぴら・豆乳汁・オレンジ	牛乳 もやしとにらのチヂミ
2	水	牛乳 味しらべ	鶏肉の天ぷら・五目あえ・トマト・すまし汁(三未・梅の香ごはん)	牛乳 チーズパインサンド
3	木	牛乳 マンナ	香味煮・ピーマンのおかか和え・納豆・もも缶	牛乳 小魚の甘辛・バタークラッカー
4	金	牛乳 プチスナック	中華丼・きゅうりのゆかり和え・春巻き・バナナ	牛乳 ミニメロンパン
5	土	牛乳 ビスケット	ミートスパゲティ・フレンチサラダ・オレンジ	牛乳 ビスケット
7	月	牛乳 ルヴァン	豆腐とツナのハンバーグ・スパゲティソース・トマト・かぼちゃのみそ汁	牛乳 くずもち
8	火	牛乳 ひとくちビスケット	鶏肉の甘辛焼き・豆腐チャンプルー・手作りふりかけ・オレンジ	牛乳 米粉のもちもちケーキ
9	水	牛乳 星たべよ	魚のマヨパン粉焼き・マカロニサラダ・えのきのすまし汁・パイン缶	牛乳 わかめおにぎり
10	木	牛乳 バナナ	豚肉のママレード炒め・粉ふき芋・昆布の佃煮・中華スープ	牛乳 かりかりごぼう・アスパラガス
11	金	牛乳 コーンフレーク	アンパンマンライス・鶏肉のから揚げ・新じゃがのスープ・もも缶	牛乳 水ようかん
12	土	牛乳 ビスケット	肉みそうどん・ごまサラダ・バナナ	牛乳 ビスケット
14	月	牛乳 エースコイン	豚汁・キャベツとわかめの酢の物・焼きししゃも・ひじきふりかけ・メロン	牛乳 ごまクッキー
15	火	牛乳 アンパンせんべい	チンジャオロース・しゅうまい・トマト・もずくスープ	牛乳 牛乳ゼリー
16	水	牛乳 こんがりサクサク	魚の磯辺揚げ・切干大根の和風サラダ・豆腐のすまし汁・オレンジ	牛乳 きなこクリームサンド
17	木	牛乳 マンナ	麩と卵のふわふわ煮・おじゃがのおかか和え・ウインナー・バナナ	牛乳 昆布・チーズあられ
18	金	牛乳 味しらべ	大豆入りカレーライス・コールスローサラダ・チキンナゲット・もも缶	牛乳 プリン
19	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
21	月	牛乳 動物ビスケット	鮭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 ビタミンクッキー
22	火	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 フルーチェ
23	水	牛乳 プチスナック	マーボーなす・華風和え・揚げぎょうざ・メロン	牛乳 お麩ラスク
24	木	牛乳 コーンフレーク	一口トンカツ・スパゲティサラダ・人参しりしり・わかめスープ	牛乳 ぼたぼた焼き
25	金	牛乳 ルヴァン	そぼろ丼・焼きポテト・トマト・麩のすまし汁	牛乳 動物マフィン
26	土	牛乳 ビスケット	塩焼きそば・きゅうりの酢の物・バナナ	牛乳 ビスケット
28	月	牛乳 ひとくちビスケット	筑前煮・フレンチサラダ・チキンナゲット・味付けのり	牛乳 チーズ蒸しパン
29	火	牛乳 星たべよ	鯖のカレー醤油焼き・ばんさんすう・きのこのすまし汁・オレンジ	牛乳 じゃが芋のキッシュ風
30	水	牛乳 エースコイン	かき揚げ・ひじきの煮物・豆腐のみそ汁・パイン缶	牛乳 人参ゼリー

★ 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。



6月4日は虫歯予防デー

歯は一生使わなくてはならない大切なものです。虫歯や歯の病気になると、食べ物をよく噛むことができなくなり、身体に必要な栄養が摂れなくなります。また、よく噛まないとお口の筋肉の発達にも影響を与えます。よく噛む事で分泌される唾液により消化を助け、脳も活性化するそうです。しっかり歯磨きを行い、歯を大切にしましょう。

6月はジメジメと雨の多くなる季節です。食事前の手洗いやうがい、清潔なハンカチを身につけるなど身近な衛生管理に気を付けて過ごしましょう。湿度と共に気温も高い日がでてくるので水分補給もこまめに行い、熱中症にも気を付けましょう。

