



6がつ こんだてひょう

R8年 6月 ひよし第2保育園

6月の給食だより

6月は梅雨の季節です。気温や湿度が高く、じめじめとしているので、細菌も活発に動きはじめます。手をきれいに洗い、清潔なハンカチで拭いて細菌を追い払いましょう。



きちんと手を洗っていますか

「手を洗う」といって、手の甲と手のひらだけを洗って終わりにして、水だけでお湯と洗って終わりにしていませんか？ 食事のときには、10秒のようになぎたり、持つたりして食べるものがたくさんあります。指先やつめには、細菌がたくさんついてるので、特にしっかり洗いましょ。

指先をつかって食べるもの

こんなにいっぱいあります。



6月に食べるとおいしいよ アスパラガス

太陽の光をいっぱいあびて緑色に育ったものを「グリーンアスパラガス」といい、サラダやフライ、炒め物などで食べます。皮は、土をかき取って白く育てたものです。

月曜日 1日	火曜日 2日	水曜日 3日	木曜日 4日	金曜日 5日	土曜日 6日
牛乳 ビスコ ごま塩ごはん 豚しゃぶサラダ おなかポテト 具だくさん汁 バナナ	牛乳 バナナ ごはん 鮭のタルタルソース オクラのサラダ キャベツのみそ汁 オレンジ	牛乳 ビスコ ごはん ハンバーグ ポテトサラダ きのこ汁 りんご	牛乳 オレンジ ごはん さばの味噌煮 きんぴらごぼう いも芋汁 バナナ	牛乳 バナナ ごはん 豚のんにくソテイ ツナサラダ 玉ねぎスープ オレンジ	ミート丼 トマトスープ バナナ
焼き団子 牛乳 青りんごゼリー 牛乳	コーン蒸しパン 牛乳	肉うどん 牛乳	トーフピザ 牛乳	ぼたぼたせんべい	
8日	9日	10日	11日	12日	13日
牛乳 白い風船 マーボー春雨 野菜の甘酢漬 とうふ汁 バナナ	牛乳 ビスコ ゆかりごはん カツオの竜田揚げ 胡瓜のしそサラダ きんぴらピーマン 揚げのみそ汁 りんご	牛乳 パナナ ごはん チンジャオロース ワカメの酢の物 大根スープ オレンジ	牛乳 ウエハース 五目ごはん 揚げの甘辛ソテイ 青菜のゴマ酢和え わかめ汁 りんご	牛乳 ビスコ バターロール 鮭の塩焼き マカロニサラダ コーンスープ フルーツポンチ	タコライス カラフルスープ バナナ
カルピスゼリー 牛乳	和風サンド 牛乳	パンブキンピザ 牛乳	ごま肉団子 牛乳	昆布おにぎり 牛乳	瀬氏パイ
15日	16日(カミカミデー)	17日	18日	19日	20日
牛乳 ミレー ごはん ごぼうのうま煮 春雨サラダ みそスープ バナナ	牛乳 ビスコ わかめごはん カレーの香味焼き 青菜のお浸し モロヘイヤスープ りんご	牛乳 パナナ ごはん 豚ニラ炒め コロコロ中華サラダ 豆腐のコンソメスープ オレンジ	牛乳 オレンジ ごぼう飯 鮭の塩焼き 青菜のごまサラダ じゃが芋みそ汁 オレンジ	牛乳 パナナ ゆかりごはん チキン醤油バター オクラ納豆 玉ねぎのすまし汁 オレンジ	チャーハン 野菜ゴロゴロスープ バナナ
豆腐ナゲット 牛乳	じゃこ焼き 牛乳	ごまみそポテト 牛乳	バナナゼリー 牛乳	焼きピーマン 牛乳	ばりんこ
22日	23日(誕生会)	24日	25日	26日	27日
牛乳 パナナ ごはん マーボー茄子 トマトサラダ わかめスープ りんご	牛乳 ビスコ 三色丼 あじさいスープ フルーツ盛り合わせ バナナ	牛乳 ビスコ ひじきごはん 鶏のから揚げ じゃこサラダ 具だくさん汁 バナナ	牛乳 ウエハース 野菜ゴロゴロドライカレー しゃも味の香味揚げ きゅうりの浅漬 オレンジ	牛乳 パナナ ごはん さばのごま焼き チャプチエ 豚汁 りんご	牛丼 みそけんちん汁 バナナ
ポパイ団子	カップケーキ 牛乳	チーズボール 牛乳	あじさいゼリー 牛乳	ふかし芋 牛乳	ミレーフライ
29日	30日				
牛乳 ビスコ ごはん 鶏の梅みそ焼き キャベツの磯和え 具たっぷり汁 バナナ	牛乳 パナナ わかめごはん 鶏と枝豆のから揚げ ピーマンサラダ トマトスープ オレンジ				
きな粉マカロニ 牛乳	プリン お茶				

※材料の都合により献立を変更する場合がありますのでご承知ください

