



# 給食だより

# 6月号

2023年度 すみれ保育園

今年も梅雨の時期がやってきました。この時期は、気温の変化も著しく食欲低下や食中毒にも注意が必要な季節です。毎日の手洗い・うがいを心がけ、体調・衛生管理に気を付けましょう。



事務所 高村先生より

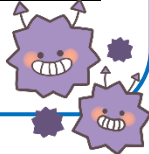
### 今月の先生おすすめメニュー

6月の先生おすすめメニューは、「10品目サラダ」です。“色々な食材が使われていて、栄養たっぷり！そして、彩りもきれいで食欲がわく一品です。献立に入っていたら嬉しくなるメニューのひとつです”  
30日に提供します。お楽しみに！



### 食中毒に注意！！

はじめとした梅雨が続く、気温が高いこれからの時期は、細菌の繁殖に適した条件が揃い、食中毒が増える季節です。食品管理に注意することはもちろん、手洗いを徹底しましょう。そして、食中毒予防のために「つけない（手洗い）・増やさない（冷蔵、冷凍保存）・やっつける（加熱殺菌）」の三原則を守るようにしましょう。



### お手伝いクッキング

5月にそらくみでお手伝いクッキングを行いました。「豆の炊き込みご飯」に使用するえんどう豆の皮剥きのお手伝いをしてもらいました。みんなが食べる給食のために頑張って皮を剥いている姿がありました。楽しそうに「5人兄弟のお豆！」「6人も入っていたよ！」「お豆が飛んで行ってしまった！」と話しながら上手に剥いてくれました。

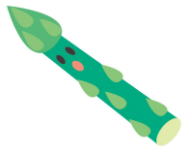


### 6月の行事予定

7日・14日・21日・28日：カムカムデー  
23日：誕生祝いメニュー  
30日：先生おすすめメニュー

## 6月献立表

	5月			6月			
	1(木)	2(金)	3(土)	4(日)	5(月)	6(火)	
午前	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット	せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	
昼食	ご飯 さばのしょうが焼き 白菜とほうれん草のごま和え スナップえんどう 豆腐のすまし汁	ロールパン 豆腐とえのきのみそつくね きゅうりの甘酢和え キャベツとアスパラのサラダ じゃがいもスープ	てりやき野菜丼 だいこんスティック ごぼうの味噌汁	鶏そぼろの炊き込みごはん キャベツのおかか和え もやしのみそ汁	厚揚げの和風カレー ささみとブロッコリーのサラダ フルーツゼリー	ご飯 八宝菜 小松菜ともやしのナムル 中華スープ	ご飯 肉じゃが だいこんの酢の物 白菜のすまし汁
午後	牛乳、果物、せんべい	牛乳、梅こんぶおにぎり	果物、せんべい	牛乳、ココア蒸しパン	ヨーグルト、せんべい	ヨーグルト、せんべい	
	7(水)カムカムデー	8(木)	9(金)	10(土)	11(日)	12(月)	
午前	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット	牛乳、クラッカー	牛乳、クラッカー	
昼食	豚丼 梅サラダ キャベツのスープ	食パン ジャム（2～5歳） トマトのクリームシチュー 小松菜とツナのサラダ	ご飯 さばのしょうが焼き 白菜とほうれん草のごま和え スナップえんどう 豆腐のすまし汁	ロールパン 豆腐とえのきのみそつくね きゅうりの甘酢和え キャベツとアスパラのサラダ じゃがいもスープ	ご飯 鮭の味噌マヨ焼き 五色和え そうめん汁	厚揚げの和風カレー ささみとブロッコリーのサラダ フルーツゼリー	ご飯 肉じゃが だいこんの酢の物 白菜のすまし汁
午後	牛乳、果物、せんべい	牛乳、おおかまヨおにぎり	牛乳、果物、せんべい	牛乳、梅こんぶおにぎり	牛乳、果物、せんべい	牛乳、ココア蒸しパン	
	13(火)	14(水)カムカムデー	15(木)	16(金)	17(土)	18(日)	
午前	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし芋	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット	牛乳、クラッカー	牛乳、クラッカー	
昼食	鶏そぼろの炊き込みごはん キャベツのおかか和え もやしのみそ汁	担々うどん ごぼうの中華サラダ 果物	豚丼 梅サラダ キャベツのスープ	ロールパン 豆腐とえのきのみそつくね きゅうりの甘酢和え キャベツとアスパラのサラダ じゃがいもスープ	ご飯 鮭の味噌マヨ焼き 五色和え そうめん汁	厚揚げの和風カレー ささみとブロッコリーのサラダ フルーツゼリー	ご飯 肉じゃが だいこんの酢の物 白菜のすまし汁
午後	牛乳、ココア蒸しパン	ヨーグルト、せんべい	牛乳、果物、せんべい	牛乳、梅こんぶおにぎり	牛乳、果物、せんべい	牛乳、ココア蒸しパン	
	19(月)	20(火)	21(水)カムカムデー	22(木)	23(金)誕生祝いメニュー	24(土)	
午前	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし芋	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット	牛乳、クラッカー	
昼食	鶏そぼろの炊き込みごはん キャベツのおかか和え もやしのみそ汁	ご飯 肉じゃが だいこんの酢の物 白菜のすまし汁	担々うどん ごぼうの中華サラダ 果物	ご飯 鮭の味噌マヨ焼き 五色和え そうめん汁	やさいぼん のり塩バターチキン マゼドアンサラダ 大根のピクルス 玉ねぎとえのきのみそ汁	豚丼 じゃがいもスティック キャベツのスープ	厚揚げの和風カレー ささみとブロッコリーのサラダ フルーツゼリー
午後	牛乳、ココア蒸しパン	ヨーグルト、せんべい	牛乳、あんミルクトースト	牛乳、果物、せんべい	牛乳、梅こんぶおにぎり	牛乳、ココア蒸しパン	
	26(月)	27(火)	28(水)カムカムデー	29(木)	30(金)先生おすすめメニュー		
午前	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし芋	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット		
昼食	厚揚げの和風カレー ささみとブロッコリーのサラダ フルーツゼリー	ご飯 八宝菜 小松菜ともやしのナムル 中華スープ	ちゃんぽん 切り干し大根のゆかりマヨサラダ カレーポテト	ご飯 さわらの甘酢あんかけ 豆苗とちくわのごま和え にんじんの甘煮 さつまいものみそ汁	食パン ジャム（2～5歳） トマトのクリームシチュー ★10品目サラダ		
午後	牛乳、ココア蒸しパン	ヨーグルト、せんべい	牛乳、じゃこしそチャーハン	牛乳、果物、せんべい	牛乳、おおかまヨおにぎり		



※果物は旬のものを使用しています。(すいか、メロン、甘夏、夏みかん、りんご)  
※ジャムは2～5歳児へ提供します。  
※すみれ保育園では2週間のサイクルメニューを実施し、苦手な食材にも挑戦できるよう工夫をしています。