



給食だより

6月号

2024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。



ペンギんぐみ中川先生より

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、「豆乳味噌スープ・ほうれん草とトマトのツナ和え」です。
“豆乳の優しい味と味噌の旨味がよく合う”“これから暑くなる時期にぴったりのさっぱりサラダです”
14日提供します。お楽しみに。



お手伝いクッキング

5月20日、そらぐみの子どもたちに旬の食材「そらまめ」のお話をして、さやから豆を出すところを見てもらいました。そらまめくんの絵本を読んでから本物のそらまめを見ると、みんな「おおきい」と驚いていました。「まめ3個はいってる」「あかちゃんみみたいなも入ってる」「ベッドふさふさ〜」と話していました。給食室で加熱をして、ゆでそらまめとして食べました。「おいしい」「ちょっとにがい」「中はやわらかい」といろんな反応がありました。



6月の行事予定

毎週水曜日：カムカムデー
14日：先生おすすめメニュー
28日：誕生祝いメニュー

食中毒の種類と家庭での予防法

食中毒の中で発生件数が多いのはサルモネラ菌やカンピロバクターなどによる細菌性中毒とウイルス性中毒で、この2種類で全体の約8割になります。食中毒の予防は、細菌やウイルスを「つけない」「増やさない」「やっつける」ことが3原則です。そのためには家庭でも、調理前はしっかり手洗いをする、調理後はすぐに食べる、食品は十分に火を通すなどに気をつけましょう。

6月献立表

	3(月)	4(火)	5(水)カムカムデー	6(木)	7(金)	8(土)
午前	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし手	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット	せんべい
昼食	れんこんと野菜のそぼろあんかけ丼 トマトのツナサラダ ほうれん草の春雨スープ	ご飯 豚バラとズッキーニの炒め物 もやしと豆苗のナムル 具沢山すまし汁	野菜たっぷりラーメン れんこんの梅マヨあえ	ご飯 さわらの西京焼き ほうれん草と油揚げのお浸し 大根煮 豆腐のすまし汁	食パン ジャム(2~5歳) ミネストローネ 白菜とハムのサラダ	ひき肉の春雨丼 さつまいもスティック 五目汁
午後	牛乳、リンゴケーキ	ヨーグルト、せんべい	牛乳 カレーチーストースト	牛乳、果物、せんべい	牛乳 小松菜そぼろおにぎり	せんべい、果物
	10(月)	11(火)	12(水)カムカムデー	13(木)	14(金)先生おすすめメニュー	15(土)
午前	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし手	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット	せんべい
昼食	厚揚げの和風カレー キャベツとアスパラのサラダ フルーツゼリー	ご飯 筑前煮 小松菜とえのきの和え物 なすの味噌汁	すき焼き風うどん 切干大根と春雨のサラダ のり塩チーズれんこん	ご飯 鮭のピザ焼き 大根サラダ キャベツのスープ	ロールパン 野菜たっぷりハンバーグ ★ほうれん草とトマトのツナ和え にんじんのさっぱり煮 ★豆乳味噌スープ	五目混ぜご飯 だいこんスティック キャベツの味噌汁
午後	牛乳、麺ラスク	ヨーグルト、せんべい	牛乳、ひじきチャーハン	牛乳、果物、せんべい	牛乳 きつねおにぎり	フルーツゼリー、せんべい
	17(月)	18(火)	19(水)カムカムデー	20(木)	21(金)	22(土)
午前	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし手	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット	せんべい
昼食	れんこんと野菜のそぼろあんかけ丼 トマトのツナサラダ ほうれん草の春雨スープ	ご飯 豚バラとズッキーニの炒め物 もやしと豆苗のナムル 具沢山すまし汁	野菜たっぷりラーメン れんこんの梅マヨあえ	ご飯 さわらの西京焼き ほうれん草と油揚げのお浸し 大根煮 豆腐のすまし汁	食パン ジャム(2~5歳) ミネストローネ 白菜とハムのサラダ	ひき肉の春雨丼 さつまいもスティック 五目汁
午後	牛乳、リンゴケーキ	ヨーグルト、せんべい	牛乳 カレーチーストースト	牛乳、果物、せんべい	牛乳、小松菜そぼろおにぎり	せんべい、果物
	24(月)	25(火)	26(水)カムカムデー	27(木)	28(金)誕生祝いメニュー	29(土)
午前	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし手	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット	せんべい
昼食	厚揚げの和風カレー キャベツとアスパラのサラダ フルーツゼリー	ご飯 筑前煮 小松菜とえのきの和え物 なすの味噌汁	すき焼き風うどん 切干大根と春雨のサラダ のり塩チーズれんこん	ご飯 鮭のピザ焼き 大根サラダ キャベツのスープ	ご飯 ヤンニョムチキン もやしの中華サラダ きゅうりの海苔和え 小松菜とコーンのスープ	五目混ぜご飯 だいこんスティック キャベツの味噌汁
午後	牛乳、麺ラスク	ヨーグルト、せんべい	牛乳、ひじきチャーハン	牛乳、果物、せんべい	りんごジュース どうぶつお豆腐ブラウニー	フルーツゼリー、せんべい

※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。