

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
9時のおやつ(未満児のみ)	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
献立	ポークビーンズ もやしの和え物 果物	魚のオニオンマヨ焼き 牛肉とごぼうの きんぴら 果物	麻婆春雨 青菜のおかか和え 果物	ぎせい豆腐 胡瓜とわかめの 酢の物 トマト	冷やし中華 果物
3時のおやつ	黒糖わらび餅風	チーズ饅頭	ジモティーおにぎり	コーンマヨースト	菓子
7	8	9	10	11	12
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
魚の干草焼き ひじきの炒め煮 レタス 果物	肉じゃが 春雨の酢の物 果物	豆腐の松風焼き 野菜ソテー トマト	五目卵焼き オクラのごま和え 果物	冷しゃぶ野菜サラダ 切昆布の当座煮 果物	ビビンバ わかめスープ
セタゼリー	味噌饅頭	フルーツポンチ	ホットケーキ	たまごサンド	菓子
14	15	16	17	18	19
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
魚のカレーニエル ポテトサラダ レタス 果物	キッシュ風卵焼き トマトと胡瓜の スタミナ漬け 果物	レバーの甘辛煮 豆腐サラダ 果物	厚揚げと茄子の 味噌炒め 青菜のナムル ししゃも トマト	からあげ キャベツの和え物 果物	ハヤシライス 果物
ココア豆乳もち	しらすマヨネーズパイ	黒糖まんじゅう	きなこトースト	プリン	菓子
21	22	23	24	25	26
海の日	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
大豆入りひじきの 油炒め 南瓜のサラダ かえり炒め 果物 ココアマフィン	すごもり卵 やみつきピーマン 果物	豚肉の生姜焼き ドレッシング和え レタス トマト	魚の味噌煮 切干大根のサラダ 果物	チキンライス コンソメスープ	菓子
28	29	30	31		
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
鶏肉の梅しそソース 切干大根の 焼きそば風 果物	ゴーヤチャンプルー 野菜の納豆和え 果物	魚の味噌バター焼き ひき肉と野菜の チャプチェ トマト	親子焼き ごまじゃこサラダ 果物		
あずきクッキー	桃のヨーグルトケーキ	フルーツゼリー	フライドポテト		

予定献立についてのお知らせ
行事・食材の都合などにより
献立を変更することがあります
のでご了承ください。

日に日に暑くなってきました。気温が急に上がるこの時季は、体が暑さに慣れていないため熱中症になりやすいです。暑さで食欲がない日もあると思いますが、しっかり食事を摂るように心掛けて熱中症を防ぎましょう。また、食中毒が起きやすい時季なので食材の管理にも気を付けましょう。今月は、夏場の食中毒予防についてお話します。

夏場の食中毒予防について

食中毒予防といえば「手洗い」「よく加熱する」などが思い浮かびますが、夏場は気温が高くなり、食品の「傷み」が早くなります。今回は買い物の時に気を付ける事、残った食品の取り扱い方について紹介します。

- 消費期限を確認する
- 生ものや冷凍食品は最後に買い、帰宅後すぐに冷蔵庫に入れる
- 肉や魚などは汁が他の食品につかないようにビニール袋に入れる

残った食品

- 清潔な容器に保存する
- 冷凍したものの解凍は冷蔵庫や電子レンジを使い、自然解凍は避ける
- 温めなおす時は十分に加熱する
- 常温保管の物を使うときは傷んでいないか確認する
- 時間が経ちすぎたものは思い切って捨てる
- ちょっとでも怪しいと思ったら食べずに捨てる

手をあらいましょう



保育参観(試食会)にご参加いただき、ありがとうございました!

6月19日の保育参観でひよこ・りすぐみさんの保護者の方々に、給食を試食していただきました。

普段の保育園での給食の量や味付けを知っていただけるよい機会になりました。ありがとうございました!

とうもろこしの皮むきをしました

6月27日に、らいおん組さんがとうもろこしの皮むきをお手伝いしてくれました! みんな一生懸命剥いてくれて真剣な表情がかわいかったです♡おやつにみんなで食べました♪



お手伝いありがとう!

