

平成30年6月

たのしい給食 3号

認定こども園
新宝珠幼稚園

日	献立	おやつ
1日 (金)	ちらし寿司・野菜のかき揚げ・すまし汁(豆腐・あおさのり)	牛乳 ホットドッグ
4日 (月)	マーボー豆腐・酢の物・わかめスープ・ライス	牛乳 りんごのパンケーキ
5日 (火)	洋風おでん・野菜三色和え・薄揚げみそ汁(玉ねぎ)・ライス	牛乳 お菓子
6日 (水)	きつねうどん・南瓜煮	牛乳 オレンジ寒天とリッツ
7日 (木)	肉団子のソース煮・マカロニサラダ・洋風野菜スープ(白菜・人参) ・ライス	牛乳 お菓子
8日 (金)	ドライカレー丼・コーンサラダ・中華野菜スープ(きゃべつ・人参)	牛乳 フルーツヨーグルト
11日 (月)	鯖の煮付け・きゃべつと竹輪のごま酢和え・野菜みそ汁(玉ねぎ・人参) ・ライス	牛乳 お菓子
12日 (火)	じゃが芋とベーコンの煮込み・フレンチサラダ・卵不使用イエローロール	お茶 おやつおにぎり
13日 (水)	和風ハンバーグ・スパゲティケチャップ炒め ・洋風野菜スープ(大根・人参)・ライス	牛乳 揚げパンきな粉
14日 (木)	すき焼き風煮込み・きゃべつのおかか和え・玉子汁・ライス	牛乳 お菓子
15日 (金)	ポークカレーライス・野菜サラダ	牛乳 ホットケーキ
18日 (月)	焼きそば・チンゲン菜のお浸し・中華野菜スープ(もやし・人参)	牛乳 フルーツポンチ
19日 (火)	鶏のから揚げ・温野菜・麩みそ汁・ライス・フルーツゼリー	牛乳 お菓子
20日 (水)	豚肉の生姜焼き・ほうれん草のごま和え 洋風野菜スープ(玉ねぎ・人参)・ライス	牛乳 芋ようかん
21日 (木)	ピラフ・きゃべつと鶏のささ身サラダ・季節の具だくさんスープ(夏)	牛乳 お菓子
22日 (金)	じゃが芋のカレー風味炒め・もよしのナムル・きのこ汁・ライス	牛乳 洋風お好み焼き
25日 (月)	江戸っ子煮・ピーマンの炒め物・わかめみそ汁・ライス	カルピス ラスク
26日 (火)	中華丼・青菜のソテー・洋風野菜スープ(きゃべつ・人参)	牛乳 ☆お誕生日会☆かぼちゃまんじゅう
27日 (水)	鮭の照り焼き・切り干し大根の煮物・野菜みそ汁(南瓜・玉ねぎ)・ライス	牛乳 キャロット蒸しパン
28日 (木)	冷麺・揚げシューマイ	牛乳 お菓子
29日 (金)	ポークチャップ・ひじきの和風サラダ・野菜みそ汁(小松菜・人参) ライス	牛乳 わらび餅

今月の栄養平均値 3号エネルギー476kcal たんぱく質16.1g 脂質12.0g(おやつ含む)

6月給食だよ!



梅雨入りも間近になりました。じめじめとした蒸し暑い日が続きます。湿度や気温が高いこの時期は、食中毒がおこりやすくなります。予防には、手洗いが大切です。園でも食事前に必ず手洗いをしています。おうちでも、しっかり手を洗っているかそばで見てあげてください。

◎6月4日は虫歯予防デー:よく噛んで食べると脳の働きが活発になります。

じょうぶな歯を作るには、豆腐・卵・納豆・魚などのたんぱく質、ひじき・のり・小松菜・ヨーグルト・牛乳・チーズなどのカルシウムをとりましょう!