

給食だより 令和元年度 6月号 同胞保育園

6月4日～6月10日は歯の健康習慣です！

よく噛むとどうしていいの？

①唾液の質と量

歯ごたえ、味わい…素材そのものの持ち味が分かります。

②消化を助けます

噛むと唾液が出ます。唾液が出ると、食べ物の消化を助けます。

③唾液に含まれるホルモンが頭の働きをよくします

④歯やあごの骨を育てます

⑤言葉の発音がはっきりするようになります。



10月からの保育料無償化にともない、給食費を実費徴収することになります。詳細に関しましては現段階では分かりかねますので、随時ご連絡させていただきます。保護者の皆様にはお手数をおかけいたしますが、ご理解、ご協力の程よろしくお願い致します。

さくら組クッキング ～お弁当作り～



おにぎり、鶏の竜田揚げ、たこさんウインナー、きゅうりの浅漬け、マカロニサラダ、フルーツポンチと具たくさんのお弁当になりました。子ども達も食べるのを楽しみにしており、おかわりもあつという間に完食しました。

		昼 食	午後のおやつ			昼 食	午後のおやつ
1	土	夏野菜ラーメン ぶたにく きくらげ キャバツ コーン ピーマン なす もやし 春巻き はるまき	牛乳 ゼリー せんべい	17	月	中華丼 ぶたにく いか はくさい にんじん きくらげ グリルベ-ス シューマイ しゅうまい	牛乳 ★たこ焼き
3	月	豚玉丼 たまご ぶたもも たまねぎ にんじん なると グリルベ-ス カミカミサラダ だいず さつまいも えだまめ コーン にんじん	牛乳 ★みたらし団子 (未満児はマカロニきな粉)	18	火	チーズハンバーグ スパゲティサラダ きゅうりにく ぶたにく たまねぎ にんじん チーズ レタス きゅうり ツナ コンソメスープ キャバツ にんじん ピーマン ベ-ツ	牛乳 ★あおのりポテト
4	火	魚の明太焼き ひじきの煮物 しろみさかな たらこ ひじき にんじん あつあげ えだまめ しらたき 味噌汁 かぼちゃ しめじ わかめ たまねぎ	牛乳 ★おからマフィン	19	水	鮭のチャンチャン焼き さけ キャバツ たまねぎ えのき にんじん ピーマン スーミータン コーン ハム たまねぎ にんじん しいたけ	牛乳 バナナ ビスケット
5	水	筑前煮 とりにく だいこん にんじん たけのこ ごぼう そうめん味噌汁 そうめん たまねぎ うすあげ わかめ はねぎ	牛乳 ★バイクド チーズケーキ	20	木	鶏肉のマ-ルト 焼き ポテトサラダ とりにく にんにく マ-ルト じゃがいも ハム にんじん きゅうり あおさ汁 あおのり とうふ えのき	麦茶 ★いちご ヨーグルト
6	木	きびなこの唐揚げ 春雨の酢の物 きびなご ごま しょうが はるさめ きゅうり にんじん かにかま さつま汁 さつまいも とりにく ぶかねぎ だいこん ごぼう こんにゃく	牛乳 バナナ ビスケット	21	金	おろし煮風 しろみさかな だいこん たまねぎ にんじん 枝豆サラダ えだまめ キャバツ きゅうり にんじん コーン	牛乳 ★絞りだし クッキー
7	金	お誕生会		22	土		
8	土	なすミートスパゲティ なす たまねぎ にんじん マツタケ-ム グリルベ-ス チーズ ポパイスープ キャバツ にんじん ほうれんそう ベ-ツ チキンカレー とりにく じゃがいも にんじん たまねぎ しょうが グリルベ-ス	牛乳 ケーキ	24	月	ハヤシライス きゅうりにく じゃがいも たまねぎ にんじん マツタケ-ム ミモザサラダ ブロッコリー キャバツ にんじん きゅうり ハム	牛乳 ★ミニドッグ
10	月	エッグサラダ きゅうり レタス たまご かにかま にんじん	牛乳 ★ぼうしパン	25	火	さつま揚げ もやしの土佐酢和え たら さつまいも えだまめ とうふ もやし にんじん コーン 味噌汁 だいこん たまねぎ えのき はねぎ	牛乳 ★ふくれ菓子
11	火	鯖の味噌煮 白和え さば ぶかねぎ しょうが ほうれんそう ごぼう こんにゃく にんじん 豚汁 ぶたにく にんじん たまねぎ だいこん さといも しょうが はねぎ	牛乳 ★フルーツポンチ	26	水	肉団子スープ ミート-ル とりにく はるさめ にんじん はくさい はねぎ ジャ-マンサラダ じゃがいも ウインナー にんじん コーン パセリ	牛乳 りんご ビスケット
12	水	鶏のレモン風味揚げ ア-ツリ-の和え とりにく しょうが にんにく ア-ツリ- にんじん コーン ツナ キャバツ なめこ汁 なめこ とうふ たまねぎ はねぎ	牛乳 今川焼	27	木	えびフライ 焼きビーフン えびふらい ビーフン ぶたにく たまねぎ にんじん ピーマン かいのこ汁 だいず かぼちゃ たまねぎ うすあげ はねぎ	牛乳 ★シフォン ケーキ
13	木	魚の変わり焼き キャバツの三杯酢和え さけ キャバツ きゅうり にんじん ブロッコリー カニかま 吉野汁 とうふ こんにゃく だいこん ごぼう はねぎ	牛乳 ★みかんゼリー	28	金	酢鶏 とりにく じゃがいも ピ-ツ にんじん かきたま汁 たまご にんじん とうふ しいたけ はねぎ	牛乳 ★ココアナンシエ
14	金	マーボー丼 とうふ ぶたにく しいたけ グリルベ-ス たまねぎ 白菜サラダ はくさい きゅうり しめじ えのき ベ-ツ	牛乳 ★スイート ポテトパイ	29	土	じゃこの和風スパゲティ しらす ウイナ- ごぼう にんじん たまねぎ マツタケ-ム わかめスープ わかめ たまご たまねぎ にんじん はねぎ	麦茶 ★おにぎり
15	土	わかめうどん わかめ たまご にんじん たまねぎ さつまあげ がね天 にんじん たまねぎ さつまいも ごぼう	麦茶 ★おにぎり				