

令和5年

6月分 予定献立表

明野しいのみ保育園

日	給食内容	3時のおやつ
1(木)	麻婆豆腐 ※煮昆布 トマト メロン	フルーツヨーグルト
2(金)	豆腐ハンバーグ かぼちゃサラダ レタス バナナ	※かみかみごぼう
3(土)	あんかけうどん オレンジ	せんべい・チーズ
4(日)		
5(月)	レバーのマリアナソース 和風サラダ キウイ	ジャージャー麺
6(火)	かしわとコーンの炒め物 ポテトサラダ トマト メロン	コーンフレークフロランタン
7(水)	鮭の塩焼き ピーマンのおかか和え 人参甘煮 パイン	※かみかみごはん
8(木)	かに玉あんかけ 牛肉とバレイの炒め物 オレンジ	ホットケーキ
9(金)	魚のコーンマヨ焼き ラタトゥイユ コンソメスープ バナナ (ミルクパン)	※野菜かりんとう
10(土)	50周年記念式典	
11(日)		
12(月)	チキンカレー トマトときゅうりのレモンしょうゆ ソーセージ炒め オレンジ	豆乳ココアもち
13(火)	魚の南蛮漬け ジャーマンポテト パイン	パンプキンジャムサンド
14(水)	厚揚げの中華煮 ひじきとハムの酢の物 メロン	かたつむりクッキー
15(木)	千草焼き ごまじゃこサラダ トマト キウイ	マーマレードスコーン
16(金)	ポークビーンズ 野菜のナムル ※ししゃも オレンジ (キャロットパン)	※マカロニスナック
17(土)	高菜ごはん 味噌汁 バナナ	ヨーグルト・せんべい
18(日)		
19(月)	八宝菜 ※切り昆布の当座煮 ※かえり炒め メロン	きなこの蒸しパン
20(火)	魚のムニエル 切干大根サラダ ウィナー オレンジ	チーズじゃがまる
21(水)	炒り卵のなす入りミートソースかけ 野菜の納豆和え キウイ	焼きうどん
22(木)	まさご揚げ 春雨の酢の物 トマト バナナ	まんじゅう
23(金)	洋風かきたま汁 ほうれん草のおかか和え チーズ パイン (コッペパン)	※大豆といりこの甘煮
24(土)	ミルクスパゲティー オレンジ	クリームパン
25(日)		
26(月)	煮魚 バンバンジーサラダ 粉ふき芋 パイン	オレンジトースト
27(火)	豚肉のスタミナ炒め 南瓜の甘煮 スイカ	ソーダブレッド
28(水)	◎タコライス タンドリーチキン カラフルサラダ オレンジ	ショートケーキ
29(木)	高野豆腐の卵とじ 三色酢の物 トマト メロン	さけわかめごはん
30(金)	魚のフライタルタルソース コールスローサラダ バナナ	人参ゼリー

<一口メモ> ◎バースデーランチ (タコライス) ★行事食、郷土料理 ※かみかみメニュー
月曜日～金曜日の主食は米飯です。3歳以上児はパンの日があります。

今月のポイント

今月の食育目標は「よく噛んで食べよう」です。6月4日の虫歯予防デーにちなんでおやつに噛むメニューを多く取り入れています。

また3.4.5歳児クラスを対象に「食べ物を噛んだらどんな音がするのか？」と意識しながらみんなで楽しく食べたいと思います。

※毎週火曜日のおやつにめざしがつきます。



<おすすめかみかみメニュー>

☆マカロニスナック☆

～材料 (一人分)～

マカロニ 10g 塩少々 青のり少々
小麦粉 油

～作り方～

- 1.マカロニを固めにゆでる
- 2.1に小麦粉をまぶして、油で揚げる
- 3.揚げあがったマカロニに

塩と青のりをまぶす

