

給食献立表

さくら・もも組の午前のおやつは牛乳・フルーツかお菓子です。

6月

給食だより

豊里幼稚園

令和2年 6月1日

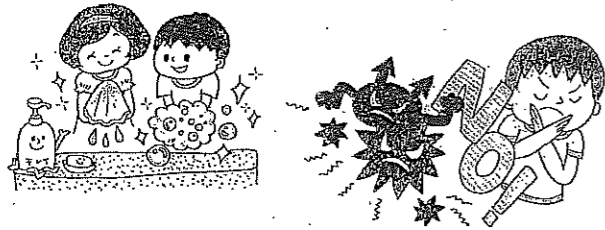
もう6月になりました。ジメジメした蒸し暑い日が続き、雨に洗われた青葉がよりいっそう目につく季節になりました。いつもなら、入園から2ヶ月が過ぎ、園にも慣れた頃ですが、今年は新型コロナウイルスにより、4月から登園する園児たちが少なかったのですが、6月からは多くの園児たちが登園をして、元気な声を聞くことができれば嬉しいです。今月も旬の食材を取り入れながら、おいしい給食を作りたいと頑張っています。

梅雨時は、雨の日が続いて、蒸し暑くなったり、寒くなったりと天候も不順で、体調も崩しやすく、規則正しい生活が大切です。食欲が低下しないように、にんにくや生姜、食中毒の菌を抑制する作用のある酢や梅干しを料理に活用するといいですね。

この時期は食中毒も起こりやすく、外から帰った時や食事やおやつの前には、必ず手洗い、うがいをしましょう。

今月のねらい

- *しっかり手洗い、うがいをする。
- *バランスの良い食事をする。
- *できた食事は早く食べる。
- *正しい生活リズムをつける。



今月の行事

- *26日(金)お誕生会
ご飯はいりません(園児のみ)
コップ・おはし・スプーンを忘れないでね。

<今日は何の日?>

6月16日(和菓子の日)・・・平安時代に疫病が国内に蔓延したため、848年仁明天皇が元号を「嘉祥」と改め、神話に基づいて6月16日に16の数にちなんだ菓子やもちを神に供え、健康招福を祈ったことからこの日が和菓子の日とされました。



◎今月の献立から子どもたちの好きなおやつ

豆乳くずもち (1人分)

- *豆乳 60g *かたくり粉 10g
- *きな粉 3g *砂糖 1g
- *塩 0.1g

- 鍋に豆乳とかたくり粉を入れ、よく混ぜ合わせてかたくり粉を溶かし火にかける
- 弱火で煮立たせないようにかき混ぜながら加熱し、固まってきたら焦がさないように火加減をしながら練る。(15分ぐらい)
- 水でぬらしたバットに移し、あら熱をとり冷やす。
- きな粉、塩、砂糖は混ぜておく。黒砂糖と水を鍋に入れて火にかけ黒蜜を作る。
- くずもちが固まったら、食べやすく切り、きな粉と黒蜜をかける。

日	曜日	献立メニュー	主な材料	午後のおやつ	
				きく・ゆり・ばら	もも・さくら
1	月	スパゲティナポリタン ひじきの五目煮 豆乳みそ汁 果物	スパゲティ 玉葱 人参 豚肉 ケチャップ ほんだし ソース パセリ/大豆 ひじき 人参 あげ 干しいたけ インゲン/豆乳 メークイン 人参 葱 しめじ みそ	牛乳 きな粉揚げパン	牛乳 きな粉揚げパン
2	火	鶏肉のごまみそ焼き 鉄分たっぷりサラダ かき玉汁 果物	鶏もも肉 みそ うすくちしょうゆ みりん さとう ごま 酒 かつおだし 青菜 ひじき 人参 ツナ コーン 砂糖 ごま マヨドレ/豆腐 卵 人参	牛乳 カステラ	牛乳 りんご カステラ
3	水	かぼちゃのグラタン ブロッコリーときのこのサラダ オニオンスープ 果物	かぼちゃ 顆粒コンソメ 鶏もも肉 玉葱 小麦粉 牛乳 チーズ パン粉/ブロッコリー 人参 きゅうり えのき しめじ ごま油 酢/玉葱 しいたけ コンソメ しょう油	ヨーグルト バナナ	ヨーグルト バナナ
4	木	野菜たっぷりマーボー パンサンデー 卵のスープ 果物	なす だけのこ ピーマン 葱 木綿豆腐 豚ミンチ にんにく ごま油 生姜みそ 酒 かたくり粉/春雨 トマト きゅうり ハム 酢 砂糖 しょう油 ごま ごま油/玉ねぎ えのき 卵 だし汁 かたくり粉	お茶 梅しらす おにぎり	お茶 梅しらす おにぎり
5	金	鶏肉とじゃが芋の甘辛煮 中華和え キャベツのみそ汁 果物	鶏肉 メークイン さやえんどう しょう油 酒 砂糖/青菜 切り干し大根 人参 酢 砂糖 しょう油 ごま油/キャベツ 人参 わかめ あげ みそ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
6	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
8	月	けんちんうどん 蒸し焼売 キャベツの昆布和え 果物	うどん 鶏もも肉 大根 さつまいも しめじ あげ しょう油 みりん 塩 だし汁/焼売/キャベツ 人参 きゅうり 塩昆布 みりん	牛乳 カルピス 蒸しパン	牛乳 カルピス 蒸しパン
9	火	八宝菜 かぼちゃ甘煮 とうふのみそ汁 果物	豚肉 イカ エビ 人参 玉葱 だけのこ しいたけ キャベツ しょう油 油 かたくり粉 ごま油/かぼちゃ 砂糖 塩/豆腐 あげ なめこ みそ	牛乳 チーズ 焼きちくわ	牛乳 チーズ 焼きちくわ
10	水	ハンバーグ スパゲティサラダ じゃが芋のみそ汁 果物	豚ミンチ パン粉 玉葱 牛乳 卵 ケチャップ ソース 塩/スパゲティ きゅうり 人参 ハム マヨネーズ/メークイン わかめ さやえんどう	牛乳 ジャムサンド	牛乳 ジャムサンド
11	木	おでん 酢のもの なすとえのきのみそ汁 果物	大根 人参 はんぺん こんにゃく ちくわ 卵 かつおだし しょう油 みりん 酒/きゅうり わかめ しらす干し/なす えのき みそ 豆腐	牛乳 ジャー ジャーめん	牛乳 ジャー ジャーめん
12	金	かぼちゃのコロッケ ツナサラダ トマトスープ 果物	かぼちゃ 豚ミンチ 玉葱 人参 メークイン 小麦粉 卵 パン粉/中濃ソース/ツナ きゅうり 人参 きゅうり 酢 砂糖 しょう油 塩/トマト ねぎ 卵 葱 だし汁	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
13	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
15	月	鶏肉と野菜のクリーム煮 ゆかり和え コンソメスープ 果物	鶏もも肉 かぼちゃ アスパラ 玉葱 しめじ コンソメ 塩 牛乳 スキム かたくり粉/小松菜 もやし きゅうり ゆかり/人参 しいたけ えのき パプリカ 玉葱 卵 コンソメ	牛乳 ピザトースト	牛乳 ピザトースト
16	火	鯖のみそ煮 ナムル 豚汁 果物	さば みそ 砂糖 だし汁 生姜/もやし きゅうり 人参 砂糖 しょう油 酢 ごま油/豚肉 ごぼう メークイン 人参 大根 白菜 葱 みそ えのき	牛乳 チーズ入り ヨーグルトパン	牛乳 チーズ入り ヨーグルトパン
17	水	鶏のから揚げ キャベツのごま酢和え みそ汁 果物	鶏もも肉 生姜 にんにく みりん しょう油 りんご 油 かたくり粉/キャベツ 人参 きゅうり ちくわ ごま 酢 砂糖 しょう油/かぼちゃ 玉葱	牛乳 きな粉豆	牛乳 きな粉おにぎり
18	木	豚マヨ炒め 小松菜の五目和え みそ汁 果物	豚肉 生姜 にんにく 油 マヨネーズ しょう油/小松菜 人参 しめじ あげ しらすだき しょう油 砂糖 すりごま/大根 わかめ 厚揚げ みそ	牛乳 豆乳くずもち	牛乳 豆乳くずもち
19	金	肉じゃが煮 キャベツのごまサラダ すまし汁 果物	豚肉 糸こんにゃく メークイン 玉葱 干しいたけ 人参 砂糖 しょう油 みりん グリーンピース/キャベツ ウィンナー きゅうり マヨネーズ ごま みそ/葱 えのき 葱 だし汁	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
20	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
22	月	さばの塩麹焼き 厚揚げの卵とじ煮 沢煮焼 果物	さば 塩 米麹/厚揚げ 玉葱 たら 卵 かつおだし さやいんげん/豚肉 ごぼう しいたけ だけのこ 水菜 かつおだし しょう油 みりん	牛乳 焼うどん	牛乳 焼うどん
23	火	ささ身の甘酢あんかけ チーズサラダ みそ汁 果物	鶏ささ身 卵 しょう油 小麦粉 かたくり粉 人参 玉葱 チンゲンサイ コーン ごま油 中華だし/チーズ キャベツ 人参 きゅうり 酢 砂糖 しょう油/豆腐 わかめ えのき みそ	牛乳 クッキー クッキー	牛乳 クッキー クッキー
24	水	冷しゃぶサラダ 五目豆煮 みそ汁 果物	豚肉 トマト きゅうり キャベツ 玉葱 和風ドレッシング/大豆 人参 しいたけ ちくわ 大根 砂糖 しょう油/かぼちゃ あげ わかめ みそ	牛乳 ワッフル	牛乳 ワッフル
25	木	棒々鶏 切り干し大根の煮物 みそ汁 果物	鶏ささ身 きゅうり 生姜 葱 練りごま 中華スープ 塩 しょう油 みりん 切り干し大根 あげ しいたけ 人参 インゲン はんぺん 砂糖 しょう油 さつまいも 豆腐 人参 葱 みそ	牛乳 食パン の黒みつラスク	牛乳 食パン の黒みつラスク
26	金	♪お誕生会♪	夏野菜カレー キャベツのおかか和え 果物	牛乳 かたつむり ケーキ	牛乳 かたつむり ケーキ
27	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
29	月	鶏肉のしそ天ぷら 春雨サラダ むらも汁 果物	鶏胸肉 みりん 塩 小麦粉 しそ葉 ベキングパウダー/春雨 きゅうり 人参 カニかま 酢 砂糖 しょう油/人参 玉葱 チンゲンサイ かたくり粉	牛乳 とうもろこし	牛乳 ふかし芋
30	火	酢豚 青菜の納豆和え みそ汁 果物	豚肉 玉葱 人参 メークイン しいたけ パイン缶 ピーマン しょう油 ケチャップ 砂糖/青菜 人参 挽き割り納豆 しょう油/キャベツ 厚揚げ	牛乳 ういろう	牛乳 ういろう

給食室の所に、今日のメニューとしてサンプルを展示しています。お迎えに来られた時に、見てお帰り下さい。都合により、献立を変更することがあります。