



# 給食だより

2020年6月  
あけぼのこども園



## ～手洗いをしてきれいな手で食事を～

外で土や遊具に触る子どもたちは、指や爪の間、手首にも汚れがついています。石鹸でそれらを丁寧に洗うことで、バイキンが体の中に入ることを防いでいます。手洗いが習慣になると病気にかかりにくく、食事でも安心して食べることが出来ますね。



6月の献立		午前おやつ	午後おやつ
1	月	ベーコンシチュー ケチャップウインナー コールスロー フルーツ	ヨーグルト お菓子
2	火	タンポプーチン きんぴらごぼう ほうれん草ごま和え	お菓子 ケーキ
3	水	おき焼き風煮 ししゃもフライ 春雨サラダ しらすふいかけ	フルーツ お菓子
4	木	焼き魚(ほっけ) だし巻き卵 スパゲティサラダ フルーツ	お菓子 フルーツ牛乳寒天
5	金	肉じゃが れんこんサラダ つけ野菜	ヨーグルト お菓子
6	土	マーボー豆腐 エビしゅうまい もやし和え	フルーツ カルシウムトースト
7	日	休日	
8	月	ポークカレー エビフライ マカロニサラダ フルーツ	フルーツ お菓子
9	火	ちくわ納豆 もやし炒め ほうれん草ツナ和え	お菓子 焼きいも
10	水	いも汁 はんぺんフライ スパゲティサラダ フルーツ	ヨーグルト お菓子
11	木	焼き魚(赤魚) ひじき煮 フロccoliサラダ フルーツ	お菓子 お菓子
12	金	おからコロッケ 春雨炒め 小松菜さしみ和え	お菓子 かぼちゃクッキー
13	土	さんまみりん焼き 子とえ トマトサラダ フルーツ	ヨーグルト お菓子
14	日	休日	
15	月	れんこんハンバーグ ひとろすバ ほうれん草なめだけ和え	お菓子 お菓子
16	火	焼き魚(鮭) もやしたらこ炒め ポテトサラダ フルーツ	お菓子 パナケーキ
17	水	豚汁 ギョーザ 春雨マヨサラダ チーズ納豆 フルーツ	ヨーグルト お菓子
18	木	豆腐ナゲット きんぴらごぼう 小松菜サラダ	お菓子 オレンジゼリー
19	金	さんま煮 かぼちゃとほろあんかけ トマトサラダ フルーツ	フルーツ お菓子
20	土	せんべい汁 肉しゅうまい もやし和え しらすふいかけ フルーツ	ヨーグルト バタースティック
21	日	休日	
22	月	タラマヨ焼き 子とえ ほうれん草さしみ和え	フルーツ お菓子
23	火	親子煮 春巻き もやし和え おかかふいかけ フルーツ	ヨーグルト お菓子
24	水	ミートボール ひじき煮 フロccoliサラダ	お菓子 ココア蒸しパン
25	木	肉豆腐 マカロニサラダ つけ野菜	お菓子 お菓子
26	金	お誕生会 ミニハンバーガー ポテト キャベツサラダ フルーツ	...
27	土	さつま汁 白身魚フライ ごぼうサラダ チーズ納豆 フルーツ	ヨーグルト お菓子
28	日	休日	
29	月	鮭みそ焼き 切干大根煮 ほうれん草ピーナッツ和え フルーツ	お菓子 さつまいもドーナツ
30	火	夏野菜カレー とんかつ コールスロー フルーツ	ヨーグルト お菓子

## 《食育～牛乳について～》

先月の食育は「牛乳」についてでした。牛乳から作られる食品や、牛乳の栄養のお話をしました。また、生クリームをつかった「バター作り」にも挑戦しました♪



ペットボトルに塩と生クリームを入れる



よく振る!



バターとバターミルク(液体)に分かれる



完成☆



音が変わり固まりができる



## 5月の行事食 ご紹介

こどもの日メニュー  
「こいのぼりランチ」でした♪



※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。玄関に掲示してお知らせします。