



# 6月の献立表

令和3年度



千波保育園

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	マーブルパン チーズナコロッケ わかめのあえもの すまじる	ツナピラフ じゃがいもの カレーいため みそしる	ロールパン はなしゅうまい ブロッコリーのサラダ スープ	たまごスパゲッティー ワインソテー ヨーグルト スープ	ツナピラフ やさいサラダ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	むぎちや
	オレンジゼリー	やきおにぎり ぎゅうにゅう	アメリカンチェリー	トルテ ぎゅうにゅう	かし にゅういんりょう
	おかゆ やさいに・ひきにくに	おかゆ やさいに・にさかな	おかゆ やさいに・ひきにくに	くたくたうどん やさいに・ふに	
7	8	9	10	11	12
とりごぼうごはん もやしとワインナーの ソテー みそしる	ホワイトブレッド さかなのからあげ ひじきのサラダ すまじる	ごはん とうふのカレーに ブロッコリー みそしる	こめこパン ぶとにくとコーンの ケチャップに ほうれんそうのソテー <sup>スープ</sup>	あんかけうどん チキンナゲット ヨーグルト	ワインナーピラフ やさいソテー
ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	むぎちや
ブッセ ぎゅうにゅう	ホイップヨーグルト	かし にゅういんりょう	ヨーグルト	バナナスコーン ぎゅうにゅう	かし にゅういんりょう
おかゆ やさいに・ひきにくに	おかゆ やさいに・にさかな	おかゆ やさいに・とうふに	おかゆ やさいに・ひきにくに	くたくたうどん やさいに・ふに	
14	15	16	17	18	19
グリンピースごはん きりぼしだいこんの にもの みそしる	レーズンパン メンチカツ もやしの カレーマヨサラダ すまじる	ごはん ひじきハンバーグ はるさめの ゴマいため みそしる	ロールパン さかなのゴマ ゴママヨネーズやき キャベツのソテー <sup>スープ</sup>	ほうれんそうとしめじ のスパゲッティー ほしポテ ヨーグルト スープ	ませごはん にもの
ぎゅうにゅう	りんごジュース	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	むぎちや
かし にゅういんりょう	ケーキ ぎゅうにゅう	むしばん ぎゅうにゅう	バナナ ぎゅうにゅう	ツナサンド ぎゅうにゅう	かし にゅういんりょう
おかゆ やさいに・とうふに	おかゆ やさいに・ひきにくに	おかゆ やさいに・ひきにくに	おかゆ やさいに・にさかな	くたくたうどん やさいに・ふに	
21	22	23	24	25	26
ごはん こうやどうふと しらたきのにもの つけもの みそしる	デニッシュパン しろみざかなの カレーてんぶら ゴマずあえ すまじる	きのこピラフ ブロッコリーと ワインナーのソテー <sup>スープ</sup>	こめこぱん あつあげの チーズやき にんじんサラダ みそしる	たぬきうどん もやしサラダ ヨーグルト	ツナピラフ やさいサラダ
ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	むぎちや
かし にゅういんりょう	ヨーグルト	とうもろこし ぎゅうにゅう	マフィン ぎゅうにゅう	バナナケーキ ぎゅうにゅう	かし にゅういんりょう
おかゆ やさいに・ひきにくに	おかゆ やさいに・にさかな	おかゆ やさいに・ひきにくに	おかゆ やさいに・とうふに	くたくたうどん やさいに・ふに	
28	29	30			
ごはん さわらゴマふうみやき だいこんと にんじんのにもの みそしる	きりこぶごはん こまつなのいためもの みそしる	ゴマロール はんぺんの チーズフライ ゴマサラダ すまじる	☆献立は食材により 変更することがあります		
ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
かし にゅういんりょう	メロンパン	メロン			
おかゆ やさいに・にさかな	おかゆ やさいに・とうふに	おかゆ やさいに・ふに			





# 給食だより

## 6月の目標

### 清潔をこころかけよう



湿度、気温が高い日が続いています。食中毒が起こりやすい時期です。3点セットやナフキン、トレー皿は毎日きれいに洗って清潔を保ちましょう。朝食もしっかり食べて、暑い夏に備えましょう。

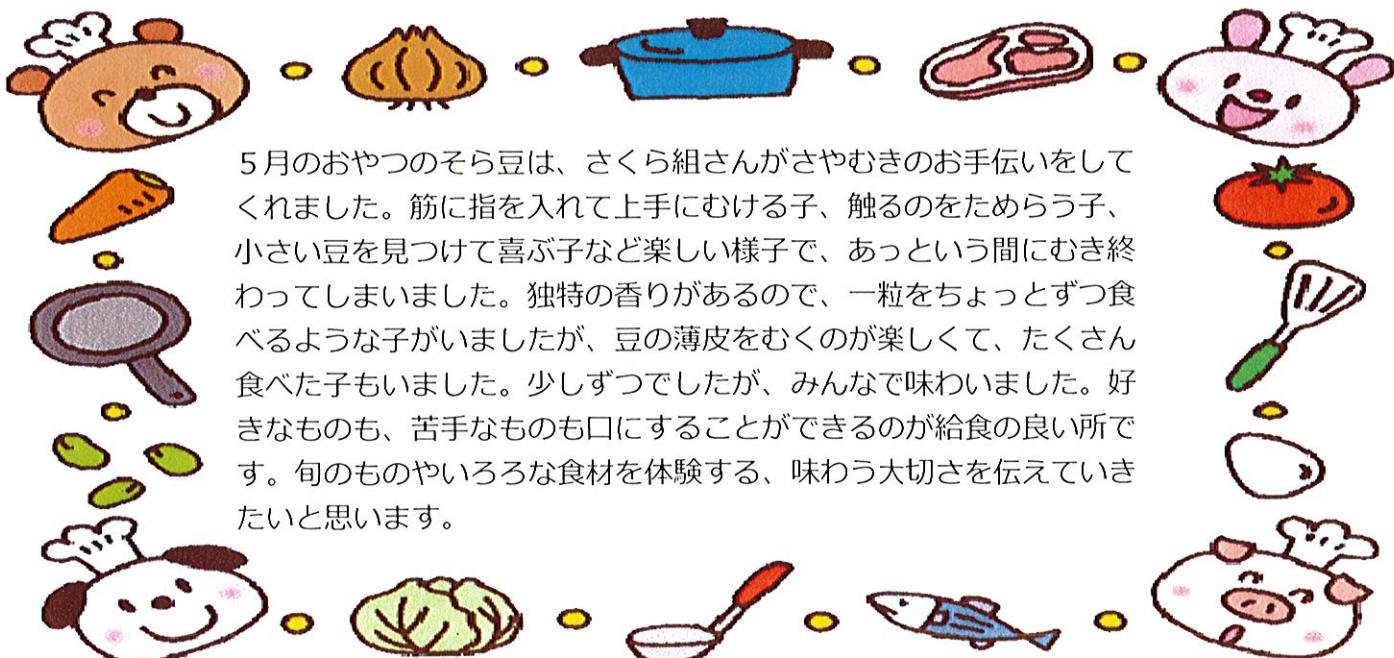
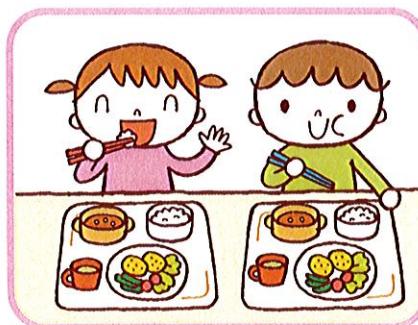
## 6月は食育月間です

保育園では、子どもたちに今をよりよく生き、生涯にわたって健康で質の高い生活を送る為の力をつける基礎の始まりと考えています。一緒に食べる楽しさを味わったり、たくさん活動してお腹がすくことを感じたり、自分が食べる食材や調理法に関心をもつようになり、お手伝いに取り組めようになっていって欲しい。食べる事は生きること、食べなければ生きていけません。子どもたちの成長に合わせて、少しずつすすめていきたいと思っています。ご家庭でもできることから取り組んでみて下さい。

### 楽しく食べる子どもに



- ①お腹がすくリズムのもてる子
- ②食べたいもの、好きなものが増える子
- ③一緒に食べたい人がいる子
- ④食事づくり、準備にかかわる子



5月のおやつのそら豆は、さくら組さんがさやむきのお手伝いをしてくれました。筋に指を入れて上手にむける子、触るのをためらう子、小さい豆を見つけて喜ぶ子など楽しい様子で、あっという間にむき終わってしまいました。独特の香りがあるので、一粒をちょっとずつ食べるような子がいましたが、豆の薄皮をむくのが楽しくて、たくさん食べた子もいました。少しずつでしたが、みんなで味わいました。好きなものも、苦手なものも口にすることができるのが給食の良い所です。旬のものやいろいろな食材を体験する、味わう大切さを伝えていきたいと思います。