



# 6月給食献立表



2017年

致遠保育園

日	曜日	主食	給食献立	主材料	午後おやつ		日	曜日	主食	給食献立	主材料	午後おやつ	
					未満児	以上児						未満児	以上児
1	木	白ごはん	(ごはん) ハンバーグカレー やさいサラダ マンゴープリン・麦茶	ミニハンバーグ 鶏肉 じゃがいも	しっとり ソフトクッキー	しっとり ソフトクッキー	16	金	白ごはん	(ごはん) ほたての卵とし ピーナッツ和え みそ汁・バナナ	ほたて たまご しらたき	★手作り おやつ	★手作り おやつ
2	金	白ごはん	(ごはん) サーモンフライ 野菜炒め みそ汁・黄桃缶	サーモンフライ トマト きゃべつ	味かんだ (はちみつ醤油)	味かんだ (はちみつ醤油)	17	土	白ごはん	和風きのこスパゲッティ ポイルウインナー やさいスープ ヨーグルト	スパゲティ しめじ あさり	チーズパイ	チーズパイ
3	土	白ごはん	きつねうどん たまご豆腐 いちごヨーグルト	干うどん 油揚げ たまご豆腐	マンナポーロ かつぼえびせん	ヒコラ かつぼえびせん	19	月	白ごはん	(ごはん) さけの塩麹焼き なす炒め・のり佃煮 清し汁・洋梨缶	さけ なす 赤ピーマン	塩A字 ビスケット ペジタペル	塩A字 ビスケット ペジタペル
5	月	白ごはん	(ごはん) 豚肉の生姜焼き はるさめサラダ みそ汁・りんごのコンポート	豚肉 たまねぎ にら	ビスコ はりんこ	ビスコ はりんこ	20	火	白ごはん	(ごはん) 牛肉コロッケ ソーセージサラダ みそ汁・フルーツポンチ	牛肉コロッケ にんじん 魚肉ソーセージ	オーザック 白い風船	オーザック 白い風船
6	火	白ごはん	(ごはん) 麻婆豆腐 和風サラダ ワンタンスープ・パイ缶	絹ごし豆腐 豚ひき肉 もやし	カスタード ブルーベリー チーズケーキ	カスタード ブルーベリー チーズケーキ	21	水	白ごはん	(ごはん) 焼き肉丼 豆腐サラダ 焼きのりのスープ・パイ缶	豚肉 にら 絹ごし豆腐	おやし揚げ	おやし揚げ
7	水	白ごはん	(ごはん) 赤魚の煮つけ ごまごま・納豆 みそ汁・フルーツヨーグルト	赤魚 角こん こまつな	一口包 ソーセージ パン	一口包 ソーセージ パン	22	木	白ごはん	(ごはん) たぬぎ汁 えびカツ 味付けのり・バナナ	鶏肉 はくさい えびカツ	★おから クッキー	★おから クッキー
8	木	白ごはん	(ごはん) 三色丼 みそ汁 つけもの・バナナ	鶏ひき肉 たまご ほうれん草	とんがりコーン バタークッキー	とんがりコーン トルテ ビスケット	23	金	白ごはん	(ごはん) マヨたまカツ マヨたまカツ やさいソテー みそ汁・みかん缶	マヨたまカツ きゃべつ ベーコン	蒸しケーキ (メロン)	蒸しケーキ (メロン)
9	金	白ごはん	ミックスピザ チキンナゲット きのこスープ みかんゼリー	ミックスピザ チキンナゲット カリフラワー	ケーキ	ケーキ	24	土	白ごはん	冷やし中華 えだまめ ミニゼリー 麦茶	中華めん 白角ハム 錦糸卵	ハインブラン	ハインブラン
10	土	白ごはん	焼きそば 厚巻卵ウインナー 清し汁 プリン	蒸中華めん きゃべつ ピーマン	ミニマドレーヌ	ミニマドレーヌ	26	月	白ごはん	(ごはん) ほっけのつけ焼き みそマヨネーズ和え 中華スープ・バナナ	ほっけ ほうれん草 笹かま	ハーベスト さやえんどう	ハーベスト さやえんどう
12	月	白ごはん	(ごはん) チキンカレー フルーツカクテル キャンディチーズ・やさいジュース	鶏肉 じゃがいも にんじん	北の卵のサブレ	北の卵のサブレ	27	火	白ごはん	(ごはん) 鶏の唐揚げ シャキシャキサラダ みそ汁・黄桃缶	鶏肉 トマト レタス	★かぼちゃパイ	★かぼちゃパイ
13	火	白ごはん	(ごはん) さばのトマト煮 きゅうりサラダ コンソメスープ・グレープフルーツゼリー	さば トマト缶 きゅうり	まがりせんべい	まがりせんべい	28	水	白ごはん	(ごはん) 揚げだし豆腐 わかめサラダ・あみ佃煮 みそ汁・やさいとくだものゼリー	木綿豆腐 わかめ もやし	カントリー マダム ポップコーン	カントリー マダム ポップコーン
14	水	白ごはん	(ごはん) 豚肉のみそ漬焼き まぜまぜきのこ 清し汁・オレンジ	豚肉 チンゲン菜 なめたけ	★フライドポテト	★フライドポテト	29	木	白ごはん	(ごはん) チーズハムカツ ドレッシング和え みそ汁・オレンジ	チーズハムカツ きゃべつ きゅうり	★ピーナッツ サンド	★ピーナッツ サンド
15	木	白ごはん	(ごはん) ししゃも天ぷら ナムル みそ汁・白桃缶	ししゃも さつまいも もやし	フチ白あんパン	フチ白あんパン	30	金	白ごはん	(ごはん) さばのみそ煮 つるつるところてん みそ汁・パイ缶	さば ところてん かに棒	はかうけ	はかうけ

## 虫歯を予防しましょう

厚生労働省では、6月4日を「む・し」と読めることから、6月4日から10日までの1週間を「歯と口の健康週間」と定めています。歯と口の健康に関する正しい知識を普及させるとともに、虫歯の予防に関する適切な習慣を定着させ、併せて早期発見及び早期治療の徹底することを目的としています。

**子どもの虫歯は見分けにくく、気付かないうちに進行していることがあります。定期的に歯医者を受診し虫歯の早期発見に努めましょう。**



**痛みをそれほど感じられない**

幼児は感覚として痛みを感じにくい場合があります。痛みがない虫歯がないは必ずしも当てはまら無いので注意が必要です。

**虫歯だけ白い**

虫歯は白いまま、中で虫歯になっていることが特徴です。白い虫歯は進行が早く、あっという間に悪化します。

**歯茎と歯の境目を痛がる**

子どもに歯磨きをしてあげている際、歯と歯茎の間に歯ブラシをおくと痛がる場合は虫歯になっている可能性があります。

**食べ方がいつもと違う**

虫歯が進行していくと、違和感を感じるようになります。噛んでいる側を変えたり、食事を拒否したりする際は虫歯の可能性がります。

- ☆9日は誕生会です。主食の持参は必要ありません。
- ☆( )は未満児の主食となっております。
- ☆未満児の午前のおやつは毎日牛乳となっております。
- ☆★マークがついているおやつは手作りおやつです。

☆梅雨の季節がやってきました。  
好き嫌いせずにたくさん食べて丈夫な体を作りましょう。