



6がつ こんだてひょう



げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび

どようび

<p>★★★今月のお弁当のいない日★★★ (4日、7日、11日、14日、18日、21日、25日、28日)です。</p> <p>★1日(土)は、親子遠足です。おかず入りのお弁当をお願いします。</p> <p>★6月の平均熱量(kcal)は、492 kcalです。</p>						1日	
							<p>親子遠足</p> 
3日	4日	5日	6日	7日	8日		
野菜の巣ごもり卵 キュウリとツナのマカロニサラダ みそ汁 ★牛乳・せんべい	麦ごはん とり天 昆布とキャベツの梅和え みそ汁 ★グレープゼリー	豆腐ハンバーグ コールスローサラダ みそ汁 ★バナナパンケーキ・ヤルト	酢豚 バンサンデー 中華スープ グレープフルーツ ★牛乳・かりんとう	豚肉の甘辛丼 切干し大根のごまサラダ おら雲スープ ★かぼちゃ蒸しパン・麦茶	希望保育の日		
10日	11日	12日	13日	14日	15日		
中華風炒り卵 チンゲン菜の海苔和え 白菜スープ ★牛乳・ビスケット	鶏肉ときのこのトマトパスタ フルーツサラダ 舞茸と卵のスープ ★ヨーグルト・バームロール	高野豆腐のオランダ煮 ミックスサラダ みそ汁 ★大学芋・麦茶	鮭のみそチーズ焼き ほうれん草の白和え みそ汁 ★牛乳・ごまプリッツ	ハヤシライス フルーツヨーグルト 麦茶 ☆おたのしみおやつ☆	希望保育の日		
17日	18日	19日	20日	21日	22日		
卵の袋煮 わかめの酢の物 みそ汁 ★牛乳・小倉トースト	中華飯 焼きぎょうざ 大根スープ ★カスタードプリン・バナナ	とうふ田楽 野菜ソテー みそ汁 ヨーグルト ★甘夏ジャムのパウンドケーキ	揚げぶり大根 もやしとキャベツの酢の物 オクラのスープ ★牛乳・せんべい	じゃことねぎのチャーハン えのき入り和え物 さつまいものすまし汁 ★アメリカンドック・麦茶	希望保育の日		
24日	25日	26日	27日	28日	29日		
スパニッシュオムレツ レタスサラダ くずし豆腐のスープ ★牛乳・チーズ焼きパン	二色サンドイッチ 野菜スープ グレープフルーツ ★きつねおにぎり・麦茶	高野豆腐の卵とじ オクラと長芋の磯和え みそ汁 ★ヨーグルト・せんべい	赤魚の野菜あんかけ 白菜とほうれん草のお浸し みそ汁 ★牛乳・ビスコ	冷やしたぬきうどん ピーマンのごま和え バナナ ★フルーチェ	牛乳 パン		

★食中毒に気をつけましょう!★

梅雨時は湿度が高くなり、細菌の繁殖などによる食中毒がおこりやすいので注意が必要です。

食中毒予防の3原則は『つけない・増やさない・やっつける(殺菌する)』

給食室では、「おいしく、安全に」給食が提供できるよう手洗いははじめとして、食材の納品温度の計測から食品の管理、加熱調理後の温度の確認、喫食時間に合わせた配膳等に気をつけています。家庭でも食中毒はおきるものなので、次の事を参考にして予防しましょう。

★ご家庭で気をつけるポイント★

- この時期「生もの」を与えるのは控え、口にするものはしっかり火を通すようにしましょう。
- 離乳食の場合は、普通の食事に比べて水分が多いため、食べ残しや飲み残したミルクなど、時間が経ったものは与えないようにしましょう。
- 肉や魚などを切ったまな板や包丁は、きちんと洗浄し、塩素などで消毒してから使用しましょう。
- 作り置きものは必ず冷蔵又は冷凍保存し、食べる際に十分加熱しましょう。

