

給食だより

令和5年6月1日 桜町こども園

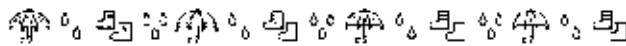
食中毒に注意！！

食中毒予防の基本は「手を洗うこと」です。石けんを使って、洗剤が水に正しく溶け、徹底管理に努めましょう。

食中毒予防の3原則

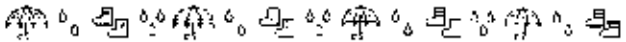
食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べものに付着し、体内へ侵入することによって発生します。食中毒を防ぐには、細菌などを食べものに「つけない」、食べ物に付着した細菌を「増やさない」、「やっつける(殺菌する)」という3つのことが原則となります。

- 細菌を付けない(調理前・食事前に手を洗う、まな板は使用の都度洗う。)
- 細菌を増やさない(購入後はできるだけ早く冷蔵庫に保管。)
- 細菌をやっつける(加熱は中心部まで、肉などは調理した器具は熱湯で消毒。)



6月に入り、もうすぐ梅雨の季節がやってきます。雨に濡れたあじさいの花が、キラキラ輝いて見えるのもこの季節ならではの風景です。

梅雨時期は雨が多いので、気温や湿度が上がるとジメジメ蒸し暑くなり体調を崩したり、食欲が落ちます。水分をしっかりととり、食事の面ではうめやしも、あじさいなどの酸味のあるものをプラスしたり、カレー粉をつけて味を変えたりなどの工夫をして食事が進みますように心がけ、体調管理に気を付けましょう。



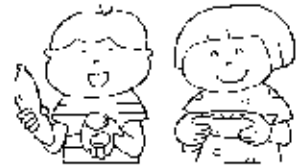
そら組 食育



そらまめのさやむきと

スナップエンドウのすじ取り体験

先日、そら豆のさやむきとスナップエンドウのすじ取り体験を行いました。子ども達は、匂い味が違い、さやの中の様子をさわたくして楽しんでおりました。みんなで協力しておいて、そら豆とスナップエンドウは、「そら豆のホクホクサラダ」「スナップエンドウの塩ゆで」として給食の時間においしく食べました。旬の野菜をご家庭でも味わってみませんか。



6月の予定献立表

月	火	水	木	金	土
<p>〇6月4日は虫歯予防デーです〇 虫歯を予防するには「歯のこすり」です。歯のこすりによってお口の汚れがなくなります。今日は歯のこすりを徹底していきましょう。家庭でも歯のこすりや歯磨きをするとうれしいですよ。</p> <p>じゃぶじゃぶを作る食べ物は...? ☆たんぱく質☆魚☆卵☆豆腐☆ ☆カルシウム☆乳☆チーズ☆ひじき☆小根菜☆</p>			<p>1 納豆豆腐 煮定食 きんぴら トマト 中華スープ マカロニおかわ</p>	<p>2 煮魚 パンパンチーザ 枝豆 おしんこ みそ汁 おにぎり</p>	
<p>5 元気なゲット ポテトサラダ トマト コンソメスープ</p>	<p>6 魚のムニエル サラダ パン きんぴら</p>	<p>7 ニラ炒め ひじきと人参の煮物 人参の甘煮 中華スープ</p>	<p>8 かに玉あんかけ 牛乳とフルーツの炒め物 トマト きんぴら</p>	<p>9 魚のピザ屋 春雨の酢の物 キウイ みそ汁</p>	<p>10 かみかみご飯 きんぴら パン</p>
<p>アジサイゼリー (お家)</p>	<p>開園</p>	<p>豆もち</p>	<p>果糖ココアゼリー</p>	<p>ほうじ茶ゼリー</p>	<p>おにぎり</p>
<p>12 野菜カレー トマトと豆の炒め物 ししもち</p>	<p>13 魚の煮物 ジャーマンポテト オレンジ みそ汁</p>	<p>14 ☆お盆の日☆ おにぎり</p>	<p>15 干菜餅 ごまジャコサラダ りんご きんぴら</p>	<p>16 ぶどうピーンズ 野菜のナムル レタス コンソメスープ</p>	<p>17 お好み焼き パン</p>
<p>ぽりぽりスティック</p>	<p>わかめチーヌおにぎり (お家)</p>	<p>りんごゼリー</p>	<p>スコーン</p>	<p>ヨーグルトアムレット</p>	<p>おにぎり</p>
<p>19 豆腐の中華煮 野菜のおかか炒め トマト 中華スープ</p>	<p>20 魚のコンマヨ焼き 厚揚げと野菜の煮付け 鶏キャベツ みそ汁</p>	<p>21 じゃがいもと人参の炒め物 野菜の納豆炒め オレンジ きんぴら</p>	<p>22 八宝菜 煮定食の煮物 かえり キウイ きんぴら</p>	<p>23 豆腐ハンバーグ 高菜サラダ レタス コンソメスープ</p>	<p>24 ホットドッグ コンソメスープ パン</p>
<p>焼き大福</p>	<p>人形ゼリー (お家)</p>	<p>パンパンパンゼリー</p>	<p>フライドポテト</p>	<p>豆腐あんパン</p>	<p>おにぎり</p>
<p>26 じゃがいもサラダ じゃがいものチーヌ焼き りんご みそ汁</p>	<p>27 さつまいも炒め 鶏肉サラダ トマト きんぴら</p>	<p>28 かしらとコーンの炒め物 佃煮大根サラダ オレンジ みそ汁</p>	<p>29 豚肉の味噌炒め コーンスローサラダ パン きんぴら</p>	<p>30 ★お誕生会★ おにぎり</p>	<p></p>
<p>餅うどん (お家・お家)</p>	<p>スイートパンケーキ</p>	<p>納豆サラダ</p>	<p>フルーツヨーグルト (お家)</p>		

※入園の都合などにより献立が変更になることがあります。ご了承ください。

