

令和2年度6月献立表

月		火		水		木		金		土	
1	洋風卵焼き 野菜ソテー チーズ 春雨スープ	2	弁当の日	3	鶏肉のマスタード焼き キャベツのおひたし チーズ カレー汁ビーフン	4	五目ごはん じゃが芋の和え物 えびしんじょ汁 くだもの	5	筑前煮 梅干し和え チーズ すまし汁	6	カレーピラフ くずし豆腐のスープ 果物 牛乳
8	豆腐のひじき煮 いとこ煮 納豆和え みそ汁	9	ししゃもの天ぷら さわやか漬け 大豆のきんぴら 沢煮椀	10	バンバンジー ゆで野菜 じゃこピーマン炒め 中華風コーンスープ	11	肉団子のスープ煮 ゆで野菜 切干大根サラダ パン	12	大豆と小魚の揚げ煮 スティック野菜 チーズ トマトの和風スープ	13	五目冷や麦 さつま芋の甘煮 果物 牛乳
15	麻婆なす 春雨サラダ チーズ 中華スープ	16	いかじゃが きゅうりの酢の物 トマト そうめん汁	17	～郷土料理の日(徳島)～ 厚揚げと鶏肉のくず煮 トマトサラダ ならえ じゃがたま汁	18	バイキング (お楽しみメニュー)	19	鶏肉のごまみそ焼き 鉄分サラダ ミニトマト とろろこんぶ汁	20	カレーライス ゆで卵 くだもの 牛乳
22	変わり肉じゃが ごま和え チーズ みそ汁	23	豆腐とえびの ケチャップ煮 新ごぼうの天ぷら じゃこ和え 切干大根のみそ汁	24	チキンナゲット コールスローサラダ れんこんのきんぴら わかめのみそ汁	25	プルコギ丼 和え物 くだもの 酸辣湯スープ	26	鶏肉のマーマレード煮 ゆで豆 かみかみサラダ 豆腐と卵の ふんわりスープ	27	ミートサンドイッチ コーンと卵のスープ くだもの 牛乳
29	大豆のドライカレー ゆで野菜 ごぼうサラダ きのこ汁	30	魚の塩焼き 煮豆 野菜ナムル だんご汁								

～食中毒に気をつけましょう～

梅雨の時期は、食中毒が最も発生しやすい時期です。調理担当者、保育士、子ども達みんなで手洗いや食べ物の扱いなどに注意をしています。家庭でも十分注意して下さい。

①殺菌～十分に加熱する。 ②菌を増やさない～冷蔵庫を上手に活用する。

簡単お魚メニュー【鮭のチーズ焼き】(子ども1人分)

<材料> 生鮭…40～50g 塩こしょう…少々 ピザ用チーズ10g マヨネーズ…3～4g パセリ…1g

- ①生鮭に塩こしょうをふり、下味をつける。
- ②180℃のオーブンで焼いて火を通して一旦取り出す。(③をのせて焼いてもできます)
- ③②にマヨネーズ、チーズをのせて焼き目をつけたらパセリをふる。

5月のバイキングメニュー (お弁当バイキングでした)

菜飯むすび 梅ちりむすび だし巻き卵 鶏肉のから揚げ 青菜のごま和え
じゃが芋のしゃきしゃきソテー ゆでブロッコリー スパゲティナポリタン いちご
*自分のお弁当箱におむすびやからあげを入れたりして食べました。いつもと違った雰囲気
食欲が増したのか、普段は食の細い子がたくさんおかわりをしていました。

キリトリ

月 日の保育士を希望します
組 保護者名