



6月 給食予定献立表



令和6年5月31日 小柳保育園

日	曜日	全 員 献 立	赤の食品 (血や肉をつくる)	緑の食品 (体の調子をよくする)	黄色の食品 (熱や力になる)	おやつ	
1	土	ビーフカレーライス 福神漬け サラダ アンパンマンジュース	牛肉・卵 サラダファミリー・牛乳	玉ねぎ・人参・レタス・きゅうり・トマト 福神漬け・アンパンマンジュース	ごはん じゃがいも・ルー	牛乳 おかし	
3	月	とり天うどん りんご	とり天・板かま わかめ・牛乳	長ねぎ・ほうれん草 りんご	うどん 油	ヨーグルト おかし	
4	火	ごはん 酢豚風 ブロッコリーのツナ和え 板かま もずくの味噌汁 パイン缶	鶏から揚げ・ツナ・板かま もずく・油揚げ・牛乳	玉ねぎ・人参・ピーマン 椎茸・ブロッコリー・パイン缶	ごはん・油 酢豚の素	牛乳 おかし	
5	水	ごはん 焼鮭 ほうれん草のピーナッツ和え ハム れんこんきんぴら 豚汁風味味噌汁 オレンジ	鮭・ハム・わかめ 豚肉・牛乳	ほうれん草・人参・れんこん 玉ねぎ・オレンジ	ごはん・ごま ピーナッツ粉	牛乳 おかし	
6	木	パン コーンクリームコロッケ 人参しりしり きゅうりサラダ 玉ねぎのスープ オレンジ	卵・ベーコン・ツナ かにかま・牛乳	人参・きゅうり・玉ねぎ オレンジ	パン・油 コーンクリームコロッケ	牛乳 おかし	
7	金	味のりごはん 鶏の梅しそ巻 トマト 中華きゅうり けんちん汁 パナナ	味のり・鶏の梅しそ巻 鶏もも・牛乳	トマト・きゅうり・人参・大根 ごぼう・長ねぎ・椎茸・パナナ	ごはん・糸コン ごま・ごま油	牛乳 おかし	
8	土	ポークカレーライス 福神漬け サラダ アンパンマンジュース	豚肉・卵 サラダファミリー・牛乳	玉ねぎ・人参・レタス・きゅうり・トマト 福神漬け・アンパンマンジュース	ごはん じゃがいも・ルー	牛乳 おかし	
10	月	塩タンメン りんご	焼豚・卵・わかめ なると・牛乳	きゃべつ・もやし・人参・ニラ 長ねぎ・メンマ・りんご	中華麺 ラーメンスープ	牛乳 おかし	
11	火	ごはん チャプチェ おくらのなめたけ和え 卵焼き 白菜の味噌汁 いちご	豚肉・卵焼き 油揚げ・牛乳	人参・ピーマン・椎茸・筍・おくら なめ草・白菜・いちご	ごはん 春雨・ごま油	牛乳 おかし	
12	水	ごはん さばの味噌煮 トマトとひじきのサラダ ウイナー 切り干大根煮 卵と玉ねぎの味噌汁 パナナ	さばの味噌煮・ひじき ウイナー・卵・牛乳	トマト・玉ねぎ・切り干し大根 人参・パナナ	ごはん・糸コン ごま油	牛乳 おかし	
13	木	ごはん から揚げ ブロッコリーの胡麻和え もやし炒め かきたま汁 パナナ	鶏もも・卵 牛乳	ブロッコリー・ピーマン・人参 もやし・えのき・パナナ	ごはん・油 ごま・ごま油	牛乳 おかし	
14	金	とうもろこしごはん ちゃんぽんスープ エビ餃子 わかめときゅうりの酢の物 パイン缶	豚肉・なると・えび エビ餃子・わかめ・牛乳	きゃべつ・もやし・人参・玉ねぎ きくらげ・きゅうり・コーン・パイン缶	ごはん・油 ちゃんぽんスープの素	牛乳 おかし	
15	土	チキンカレーライス 福神漬け サラダ アンパンマンジュース	鶏もも・卵 サラダファミリー・牛乳	玉ねぎ・人参・レタス・きゅうり・トマト 福神漬け・アンパンマンジュース	ごはん じゃがいも・ルー	牛乳 おかし	
17	月	肉うどん りんご	豚肉・板かま・わかめ 牛乳	長ねぎ・万能ねぎ・小松菜 りんご	うどん 揚げ玉	牛乳 おかし	
18	火	ごはん 野菜コロッケ 肉みそきゃべつ 人参サラダ 大根の味噌汁 パナナ	豚ひき・ハム 油揚げ・牛乳	きゃべつ・万能ねぎ・人参 玉ねぎ・大根・パナナ	ごはん・油 野菜コロッケ	牛乳 おかし	
19	水	ごはん 白身魚フライ ポテトサラダ 千キャベツ きこの味噌汁 オレンジ	白身魚フライ・ハム 牛乳	きゅうり・人参・玉ねぎ・きゃべつ しめじ・えのき・オレンジ	ごはん・マヨ じゃがいも	牛乳 おかし	
20	木	<お誕生会>チャーハン 焼売 青椒肉絲 トマト わかめスープ パイン缶 ゼリー	焼豚・卵・焼売 豚肉・わかめ・牛乳	長ねぎ・ピーマン・細竹・トマト 長ねぎ・パイン缶・ゼリー	ごはん ごま油	ケーキ ヤクルト	
21	金	鶏五目御飯 ハムカツ 春雨サラダ キャベツの味噌汁 パナナ	ハムカツ・ハム 鶏もも肉・油揚げ・牛乳	牛蒡・干し椎茸・人参・きゅうり きゃべつ・パナナ	ごはん・油 春雨・ごま油	牛乳 おかし	
22	土	キーマカレーライス 福神漬け サラダ アンパンマンジュース	豚ひき・卵 サラダファミリー・牛乳	玉ねぎ・人参・レタス・きゅうり・トマト 福神漬け・アンパンマンジュース	ごはん じゃがいも・ルー	牛乳 おかし	
24	月	味噌バターコーンラーメン りんご	焼豚・卵・なると わかめ・牛乳	コーン・もやし・長ねぎ・メンマ りんご	中華麺・バター ラーメンスープ	牛乳 おかし	
25	火	ごはん ハンバーグ サラダ トマト コーンスープ パナナ	合いびき肉・卵 牛乳	玉ねぎ・コーン・人参・レタス トマト・コーンペースト・パナナ	ごはん パン粉	牛乳 おかし	
26	水	ごはん 白身魚の竜田揚げねぎソース 野菜のお浸し さつま芋の甘煮 なめこ豆腐の味噌汁 オレンジ	白身魚の竜田揚げ 豆腐・牛乳	長ねぎ・白菜・アスパラ・人参 なめこ・オレンジ	ごはん・ごま油 さつま芋の甘煮	牛乳 おかし	
27	木	パン 照り焼きチキン スパ炒め サラダ 中華コーンスープ パイン缶	照り焼きチキン・卵 かにかま・牛乳	玉ねぎ・レタス・きゅうり・コーン トマト・パイン缶	パン ごま油	牛乳 おかし	
28	金	納豆ご飯 豚汁 マカロニサラダ パナナ	納豆・焼き豆腐・ハム 豚肉・牛乳	大根・人参・玉ねぎ・長ねぎ・しめじ 牛蒡・白菜・きゃべつ・きゅうり・パナナ	ごはん・糸コン マヨ・マカロニ	牛乳 おかし	
29	土	☑ お弁当の日 ☑					牛乳 おかし

◎材料その他の都合により、変更になる場合もありますのでご了承ください。



虫歯を予防しよう



6月4日は、むし歯予防デーです。むし歯は、むし歯菌が糖分をもとに酸をつくり、この酸が歯の表面を溶かすことで起こります。子どもの歯は軟らかく、むし歯になりやすいため、毎日の歯磨きでむし歯を予防することが大切です。また、健康な歯をつくるためにもバランスのよい食事をよく噛んで食べることを心がけ、清涼飲料水などをだらだら飲まないように注意しましょう。