

# 6月給食献立表

ちどり第2保育所  
令和5年5月31日発行

月	火	水	木	金	土
<p><b>歯を大切にしましょう</b></p> <p>6月4日～10日までの1週間は歯と口の健康週間です。食べるうえで、歯の健康はとても大切です。食べた後や寝る前に、歯磨きをちゃんとしていますか？お口の虫歯菌が最も増える時間帯は、だ液の分泌が少なくなる就寝中です。そのため、寝る前に食べかすを綺麗にしておき、寝ている間に増えた細菌を洗い流すように食事前に歯磨きをするのがとても良いと言えます。いつまでも美味しく食べるためにも、この機会に歯磨きの仕方やタイミングなどを見直してみよう。</p>  			<p>1日</p> <p>ごはん 豚肉の生姜焼き ◇梅サラダ ミルク味噌汁 果物</p> 	<p>2日 祖父母参観</p> <p><b>弁当日</b></p> 	<p>3日</p> <p>焼肉丼 豆腐のすまし汁</p> 
<p>5日</p> <p>きつねうどん ◇焼きししゃも 大豆の磯煮 果物</p>	<p>6日 クッキング(ふじ)</p> <p>たこ焼き わかめおにぎり 果物</p>	<p>7日</p> <p>麦ごはん 豆腐のふんわり焼き ブロッコリーのごま和え キャベツの味噌汁 果物</p> 	<p>8日</p> <p>ごはん 八宝菜 いんげんとささみの ごまマヨネーズ和え ワンドンスープ 果物</p>	<p>9日</p> <p>ごはん 魚の梅煮 ほうれん草の 納豆和え なめこの味噌汁 果物</p> 	<p>10日</p> <p>ピピンパ えのきのすまし汁</p>
<p>○海苔ベーコンおにぎり</p>	<p>○スティックパイ 牛乳</p>	<p>菓子 牛乳</p>	<p>○★お好み焼き風厚揚げ 牛乳</p>	<p>○おからマフィン 牛乳</p>	<p>パン 牛乳</p>
<p>12日</p> <p>ミートスパゲッティ ◇ココロサラダ オニオンスープ 果物</p>	<p>13日</p> <p>麦ごはん 魚の香草焼き キャベツの肉味噌和え 麩のすまし汁 果物</p> 	<p>14日</p> <p>ごはん チンジャオロース もやしのナムル 春雨のスープ 果物</p>	<p>15日</p> <p>納豆ごはん ◇筑前煮 ひじきと枝豆のサラダ 玉ねぎの味噌汁 果物</p> 	<p>16日</p> <p>食パン ポークチャップ マカロニサラダ キャベツスープ 果物</p>	<p>17日</p> <p>炊き込みごはん わかめの味噌汁</p> 
<p>○★やみつきおにぎり</p>	<p>とろペー ヨーグルト</p>	<p>フライドポテト 牛乳</p>	<p>○小倉入り蒸しパン 牛乳</p>	<p>○枝豆のおやき 牛乳</p>	<p>パン 牛乳</p>
<p>19日</p> <p>コーンバターラーメン ピーマンの塩昆布和え かぼちゃの含め煮 果物</p>	<p>20日 クッキング(ふじ)</p> <p>麦ごはん じゃがいものそぼろ煮 キャベツの酢の物 ◇切干大根の味噌汁 果物</p>	<p>21日</p> <p>ごはん 豚肉の七味焼き ◇ごぼうサラダ えのきのすまし汁 果物</p> 	<p>22日</p> <p>ごはん 魚のごま照り焼き 山芋のココロサラダ 小松菜の味噌汁 果物</p> 	<p>23日 誕生会</p> <p>赤飯 鶏肉のからあげ ★◇れんこんの たらマヨ和え きのこのスープ 果物</p> 	<p>24日</p> <p>豚丼 麩のすまし汁</p> 
<p>○チーズおかおにぎり</p>	<p>○ペットボトルピザ 牛乳</p>	<p>菓子 牛乳</p>	<p>○ミートソース蒸しパン 牛乳</p>	<p>○かたつむりケーキ 牛乳</p>	<p>パン 牛乳</p>
<p>26日</p> <p>焼きそば 大豆サラダ 中華スープ 果物</p> 	<p>27日</p> <p>ごはん 魚の西京焼き ◇切干大根の ツナカレー煮 わかめのすまし汁 果物</p> 	<p>28日</p> <p>ロールパン 豆腐とエビの ケチャップ煮 菜果サラダ コーンクリームスープ 果物</p>	<p>29日</p> <p>麦ごはん 厚揚げのチャンプル風 オーロラサラダ わかめの味噌汁 果物</p>	<p>30日</p> <p>ごはん 鶏肉のマーレード煮 小松菜のごま和え はんぺんのすまし汁 果物</p> 	
<p>○じゃこ昆布おにぎり</p>	<p>菓子 牛乳 ◇野菜スティック</p>	<p>○マカロニ安倍川 牛乳</p>	<p>○枝豆の蒸しパン 牛乳</p>	<p>○牛乳もち</p>	

未満児は午前中のおやつ(牛乳)があります。  
○手作りおやつ ◇かみかみメニュー ★新メニュー

行事や材料の都合で献立を変更することがあります。