6月給食献立表

ちどり第2保育所
令和8年5月29日発行

月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日　祖父母参観	6日
スパゲティナポリタン ◇コロコロサラダ オニオンスープ	ごはん 魚のごま焼き ひじき豆腐 わかめの味噌汁 果物	麦ごはん 厚揚げのみそ炒め いんげんしりしり えのきのすまし汁	納豆ごはん 鶏肉のマーマレード焼き キャベツの梅おかか和え けんちん汁 果物		おにぎり 味噌汁
○チーズおかかおにぎり	○マーラーカオ 牛乳	○あじさいゼリー	菓子 牛乳	フライドポテト 牛乳	
8日	9日	10日	11日	12日　ふじ組クッキング	13日
塩焼きそば ◇揚げごぼう 中華スープ	ごはん 炒り豆腐 キャベツの肉味噌和え しめじのすまし汁	中華丼 バンサンスー えのきのスープ 果物	牛飯 魚のおろし煮 ミルクおから キャベツの味噌汁	たこやき おにぎり 果物 	おにぎり 味噌汁
○★チュモッパおにぎり	菓子 ジョア（鉄分補強）	○カルピス蒸しパン 牛乳	○ごまラスク 牛乳	○豆腐ホットケーキ 牛乳	菓子
15日	16日	17日	18日	19日　誕生会	20日
五目ラーメン ピーマンの塩昆布和え ◇焼きししゃも	麦ごはん いりどり ほうれん草の納豆和え 麩の味噌汁	ハヤシライス ◇大豆といりこの アーモンド和え ヨーグルト和え	ごはん 豚肉じゃが ◇小松菜のごま和え のっぺい汁	赤飯 魚のフライ ◇さきいかサラダ コロコロスープ 果物 	おにぎり 味噌汁
○やみつきおにぎり	○フルーチェ	○お麩ラスク 牛乳	菓子　◇いりこ 牛乳	○プリン	菓子
22日	23日	24日	25日	26日	27日
きつねうどん 大豆の磯煮 じゃがいもの真砂和え	ごはん 魚の西京焼き ◇梅サラダ はんぺんのすまし汁	食パン ポークビーンズ サラスパサラダ キャベツスープ 果物	ごはん 厚揚げのチャンプル風 ひじきと枝豆のサラダ 小松菜の味噌汁	麦ごはん 鶏肉の梅焼き 切干大根のツナカレー煮 たまねぎのすまし汁 果物	おにぎり 味噌汁
○ウインナーと コーンのおにぎり	○ミルクおからもち	○お野菜マフィン 牛乳	菓子 牛乳	○マカロニ安倍川 牛乳	菓子
29日	30日				
なすミートスパゲティ 大豆サラダ コンソメスープ	ごはん ★チキンチキンごぼう もやしのナムル かぼちゃの味噌汁				
○鮭チーズおにぎり	○ケークサレ 牛乳				

歯を大切にしましょう

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
見直してみましょう。給食やおやつでもかみかみメニューを取り入れていますのでお家でも
ぜひ作ってみてください♪

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。