

6月ぱくぱくだより あおばこども園

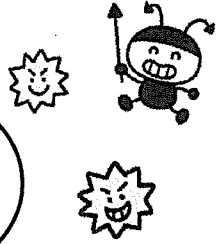
2024(令和6)年給食だより



晴れたり雨が降ったり、天気の変り変わりが多い季節になりますね。蒸し暑い日や肌寒い日があり食欲も落ちやすくなりますが、しっかり食べて元気に過ごしましょう。

また、温度・湿度が上がることで食中毒も起こりやすくなります。食品の取り扱いに気を付けて下さいね。

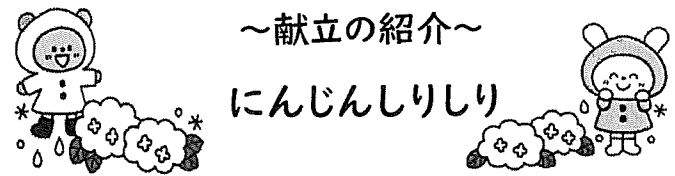
つけない
増やさない
やっつける



カレーパーティーをします！
野菜を洗ったり、皮をむいたり、
野菜を切ったりと、お手伝いを
してもらいます。
外で、大きな鍋を使って
作りますよ。



調理前、調理後は、しっかり手洗いを
する。調理後は早めに食べる。
加熱する食材は十分に加熱するな
ど、家庭でもできる対策をしてみ
て下さい。



～献立の紹介～

にんじんしりしり

＊作り方＊

- ① 人参はせん切り、もやしは食べやすい長さに切る。
- ② 鍋にごま油をひき、①を炒める。
- ③ しんなりしてきたら、ツナ水煮と調味料を加えて炒め、白ごまをからめる。



材 料	分量 (4人分)
人参	80 g
もやし	80 g
ツナ水煮	20 g
ごま油	2 g
しょうゆ	4 g
砂糖	2.8 g
白ごま	4 g

日	曜	午前おやつ	給食	午後おやつ
1	土	ビスケット	鶏肉と糸切昆布の煮込み、塩もみきゅうり、オレンジ	
3	月	蒸しパン	鶏肉の塩焼き、ケチャップ炒め、茹グリーンアスパラ、バナナ	簡単メロンパン
4	火	グレープ寒	サバのソース煮、じゃがいものきんぴら、パインアップル	パルミエ
5	水	クラッカー ジャムサンド	アスパラガスとキャベツの味噌炒め、チーズポテト、バナナ	カレーピラフ
6	木	麩のラスク	卵とじ、ピーマンとちりめんじゃこのしょうゆ炒り、オレンジ	高野スティック
7	金	青のりポテト	焼魚、かぼちゃのそぼろ煮、キウイフルーツ	じゃがいももち
8	土	チョコチップクッキー	豚肉のいなか煮、キャベツの浸し、オレンジ	
10	月	シュガーパイ	白身魚のゆかり天ぷら、切り干し大根の酢の物、人参の甘煮、バナナ	にんじんケーキ
11	火	レモンラスク	野菜のあんかけうどん、焼きかぼちゃ、オレンジ	黒ごまきな粉クッキー
12	水	りんご寒	オムレツ、茹キャベツ、にんじんしりしり、バナナ	じゃこのせとースト
13	木	スティックパン	魚の甘酢漬け、五目きんぴら、茹アスパラ、オレンジ	レタスチャーハン
14	金	フルーツカナッペ	肉みそ丼、短冊サラダ、キウイフルーツ	もちもちパン
15	土	おせんべい	豚肉とじゃがいものケチャップ煮、小松菜の浸し、オレンジ	
17	月	セサミトースト	しそ入り和風ハンバーグ、野菜ソテー、くし切りトマト、バナナ	豆乳ココアケーキ
18	火	ヨーグルト和え	ムニエル、ごま酢和え、人参の甘煮、パインアップル	みたらしポテト
19	水	レモンクラッカー	若鶏のねぎソースかけ、小松菜のごま和え、チーズポテト、バナナ	人参ごはん
20	木	果物とチーズ	お好み焼き、塩もみきゅうり、オレンジ	きな粉ラスク
21	金	クッキー	カレー、大根ときゅうりの即席漬け、バナナ	ソフトドーナツ
22	土	あられ	炒めピーマン、かえりの佃煮、オレンジ	
24	月	オレンジ寒	トマトとなすのスパゲティ、スティックきゅうり、バナナ	洋風おこし
25	火	あられ麩	魚のコーンソースかけ、きゅうりの酢の物、じゃがいもの煮付、オレンジ	カルピスゼリー
26	水	チーズパイ	ささ身のピカタ、ゆで野菜、糸切昆布の煮付、バナナ	お好みボール
27	木	オレンジ蒸しパン	レバニラ炒め、塩もみきゅうり、焼きポテト、キウイフルーツ	かぼちゃのクッキー
28	金	おせんべい	◆お楽しみ献立◆コロケ、茹キャベツ、ひじきの煮付、もずくスープ、冷凍みかん	ブルーベリー チーズケーキ
29	土	ビスケット	炒め豆腐、小松菜の浸し、オレンジ	