

6月のこんだて

古河保育園

日	曜	3才未満児 10時おやつ	主食	副食	おやつ
2	月	卵ボーロ・牛乳	ごはん	すき焼き風煮もの ボイル野菜のみそドレ和え すまし汁(ふ・ほうれん草)	バナナ・牛乳
3	火	クッキー	ごはん	チンジャオロース もやしの胡麻和え スープ(玉葱・卵)	チョコチップパン・牛乳
4	水	動物ビスケット	ごはん	煮魚(カジキ) 干草和え みそ汁(ねぎ・なめこ)	ハーベスト・りんごジュース
5	木	イチゴヨーグルト	パン	メンチカツ マカロニサラダ 豆腐スープ	鉄&Caウエハース・ゼリー
6	金	バナナ	めん	ミートソーススパゲッティ ブロッコリーサラダ コーンクリームスープ	アスパラビスケット・牛乳
7	土		ごはん	(カレー・ごはん・ゼリー)	
9	月	ハーベスト	ごはん	さつま揚げの煮付 バンバンジーサラダ とん汁	バナナ・牛乳
10	火	鉄&Caウエハース	ごはん	豆腐のけんちん煮 ほうれん草とじゃこの炒め みそ汁(ワカメ・えのきだけ)	ミニクリームパン・牛乳
11	水	せんべい	ごはん	厚揚げのカレー煮 ヨーグルト	ビスコ・牛乳
12	木	動物ビスケット	パン	コロケ ブロッコリーマヨネーズ スープ(キャベツ・コーン)	プリン
13	金	卵ボーロ・牛乳	めん	焼きそば 小松菜と卵の炒め物 スープ(玉葱・にら)	せんべい・牛乳
14	土		ごはん	(カレー・ごはん・ゼリー)	
16	月	アスパラガス	ごはん	かじきのムニエル 小松菜と人参の胡麻和え みそ汁(豆腐・わかめ)	カルシウムせんべい・牛乳
17	火	バナナ	ごはん	豚肉と野菜の炒め煮 胡瓜とわかめの酢の物 みそ汁(大根・油揚げ)	ハーベスト・牛乳
18	水	ビスコ	ごはん	餃子スープ ひじきのきんぴら みかん缶	黒糖ロールパン・牛乳
19	木	せんべい	パン	照り焼きチキン 春雨サラダ 卵スープ(卵・玉ねぎ・豚肉)	鉄&Caウエハース・ヨーグルト
20	金	フルーツゼリー	めん	炒めビーフン 切り干し大根とツナの和え物 スープ(小松菜・えのきだけ)	バナナ・牛乳
21	土		ごはん	(カレー・ごはん・ゼリー)	
23	月	ビスケット	めん	ツナと野菜のスパゲッティ 粉ふき芋 スープ(キャベツ・ワカメ)	ビスコ・牛乳
24	火	せんべい	ごはん	鮭の塩焼き ほうれん草ともやしのナムル みそ汁(豆腐・葱)	カステラ・牛乳
25	水	ハーベスト	ごはん	麻婆豆腐 中華サラダ	スティックパン・牛乳
26	木	フルーツゼリー	パン	ハムカツ フレンチサラダ スープ(コーン・人参)	せんべい・りんごジュース
27	金	バナナ	ごはん	チキンカレー ヨーグルト	アスパラビスケット・牛乳
28	土		ごはん	(カレー・ごはん・ゼリー)	
30	月	卵ボーロ・牛乳	ごはん	豆腐の変わり揚げ 人参しりしり みそ汁(もやし・小松菜)	バナナ・牛乳

※献立は行事・材料により、変更することがありますのでご了承ください

食中毒を予防しよう！

気温が高くなり、湿度も増すこれからの季節は、食中毒の発生が心配されます。
味、臭いに変化はなく、気づかずに食べてしまう…ということがあるので、きちんと予防しましょう。

～食中毒を予防する3つのポイント～

1. つけない 手は石けんで、洗える食材は流水でしっかり洗う
2. 増やさない 冷凍食品は、室温での解凍は避ける 作った料理は早めに食べきる
3. やっつける しっかりと火を通し、特に肉の生焼けに注意 調理器具は使ったらすぐに洗う

コロナ禍以降、手洗いの習慣がついてきていますが、手洗いは簡単でとても有効な予防法です。
無意識に顔を触る子供たちには特に、こまめに手洗いをさせましょう。