

# 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
1	土		ごはん	(カレー・ごはん・ゼリー)	
3	月	ヨーグルト	ごはん	鶏肉のレモン煮 ポイル野菜のみそドレ和え 豆腐スープ	鉄プラスウエハース・牛乳
4	火	バナナ・牛乳	ごはん	煮魚 切り干し大根 豚汁	スティックパン・牛乳
5	水	せんべい・ジュース	ごはん	野菜の味噌煮 ブロッコリーのおかか和え すまし汁(花ふ・ニラ)	オレンジゼリー
6	木	クッキー・牛乳	パン	メンチカツ フレンチサラダ もやしスープ	アスパラガス・牛乳
7	金	アスパラ・牛乳	めん	焼きそば ナゲット みそ汁(じゃが芋・わかめ)	せんべい・ジュース
8	土		ごはん	(カレー・ごはん・ゼリー)	
10	月	ウエハース・牛乳	ごはん	すき焼き風煮もの ほうれん草のナムル みそ汁(えのき・ねぎ)	サッポロポテト・ジュース
11	火	えびせん・ジュース	ごはん	チキンカレー バナナ	せんべい・牛乳
12	水	卵ボーロ・牛乳	ごはん	鮭のムニエル きんぴらごぼう なめこ汁	チョコチップパン・牛乳
13	木	りんごゼリー	パン	ポークビーンズ ブロッコリー みかん缶	えびせん・牛乳
14	金	せんべい・牛乳	めん	和風スパゲッティ ウィンナー コーンスープ	ヨーグルト
15	土		ごはん	(カレー・ごはん・ゼリー)	
17	月	サッポロポテト牛乳	ごはん	炒め煮 きゅうりの浅漬け みそ汁(豆腐・長ねぎ・油揚げ)	ビスケット・牛乳
18	火	クッキー・牛乳	ごはん	シューマイ 中華サラダ わかめスープ(人参・わかめ・なると)	ミニクリームパン・牛乳
19	水	イチゴヨーグルト	ごはん	豚肉の生姜焼き ポテトサラダ きのことスープ	バナナ
20	木	動物ビスケット牛乳	パン	コロケ 大根サラダ オニオンスープ	せんべい・ジュース
21	金	せんべい・牛乳	ごはん	厚揚げのカレー煮 バナナ	ぶどうゼリー
22	土		ごはん	(カレー・ごはん・ゼリー)	
24	月	卵ボーロ・牛乳	ごはん	八宝菜 いんげんの胡麻和え わかめスープ	鉄プラスウエハース・牛乳
25	火	バナナ・牛乳	ごはん	カジキマグロのケチャップソース煮 マカロニサラダ スープ(ベーコン・キャベツ)	黒糖ロールパン・牛乳
26	水	せんべい・牛乳	ごはん	豚肉の生姜焼き キャベツときゅうりのおかか和え みそ汁(玉ねぎ・わかめ)	プリン
27	木	ぶどうゼリー	パン	ハンバーグ 野菜ソテー 卵スープ	せんべい・ジュース
28	金	ウエハース・牛乳	めん	わかめうどん かき揚げ みかん缶	ヨーグルト
29	土		ごはん	(カレー・ごはん・ゼリー)	

※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

## これから増える食中毒に気をつけましょう

食中毒が心配な季節です。家庭の台所でも充分注意して下さい。

- ①肉・野菜・魚の鮮度に注意して購入し肉や野菜の汁が出ていないものを選びましょう
- ②冷蔵庫につめすぎないようにし、冷蔵庫の温度は10℃以下を保ちましょう
- ③調理前に必ず石鹸で手を洗います。まな板は良く洗い熱湯又はアルコール消毒をしましょう
- ④生で食べる物は流水でよく洗い調理の加熱は充分にしましょう
- ⑤食卓につく前に石鹸で手を洗いましょう
- ⑥片付け食器類は良く洗い布巾は熱湯消毒するか塩素系漂白剤で消毒しましょう