



6月 ごはん だより (卵・乳アレルギー)



2025年 6月 北里保育園

日付	曜日	おひるごはん		三色食品群			3時おやつ
				あか	きいろ	みどり	
2	月	ごはん ブロッコリーサラダ	鶏肉のトマト煮 ★みそ汁 (小松菜、玉葱、豆腐)	鶏肉、 豆腐	米 じゃが芋	玉葱、人参、トマト、 ブロッコリー、小松菜	満月ボン
3	火	ごはん オクラのおかか和え	★ホキのマヨドレ焼き みそ汁 (南瓜、玉葱、椎茸)	ホキ	米 南瓜	オクラ、人参、玉葱、 椎茸	マカロニ きなこ
4	水	～虫菌予防デー (かみかみ献立)～ しらす入りわかめご飯 法蓮草と切干大根のお浸し	筑前煮 みそ汁 (もやし、キャベツ、人参)	鶏肉、竹輪、 しらす、ワカメ	米 里芋	人参、椎茸、牛蒡、 いんげん、法蓮草、大根、 もやし、キャベツ	★さつまいも 蒸しパン
5	木	ごはん 大根サラダ	白身魚のフライ みそ汁 (じゃが芋、法蓮草、揚げ)	鰻、ツナ、 揚げ	米 じゃが芋	大根、胡瓜、法蓮草	★ソフト サラダ
6	金	ごはん ★さつま芋サラダ	麻婆豆腐 中華スープ	豆腐、豚肉、 ワカメ	米 さつま芋	玉葱、椎茸、葱、 胡瓜、人参、もやし	★11"マヨドレ トースト
9	月	ごはん ★キャベツのフレンチサラダ	★鰻のポテト焼き みそ汁 (白菜、えのき、大根の葉)	鰻	米 じゃが芋	玉葱、キャベツ、赤ピーマン、 コーン、白菜、えのき、 大根の葉	★麩の ラスク
10	火	🕒時の記念日🕒 ★オムライス風 みかん缶	ジャーマンポテト スープ (キャベツ、人参、コーン)	鶏肉、 ツナ	米 南瓜 じゃが芋	玉葱、人参、ピーマン、 赤ピーマン、みかん、 キャベツ、コーン	ソフト サラダ
11	水	ごはん ★いり豆腐風	★南瓜挽肉フライ みそ汁 (小松菜、竹輪、ワカメ)	豆腐、ワカメ 竹輪、豚肉	米 南瓜	人参、椎茸、葱、 小松菜	★ツナ サンド
12	木	★カレーライス ★もやしと胡瓜のサラダ	バナナ	豚肉	米 じゃが芋	玉葱、人参、もやし、 胡瓜、コーン、バナナ	★クレープ
13	金	ごはん 大根の煮物	★ホキのパン粉焼き みそ汁 (麩、法蓮草、もやし)	ホキ、揚げ、 麩	米	大根、人参、法蓮草、 もやし、	大学芋
16	月	ごはん ★春雨サラダ	鯖のみぞれ煮 ★すまし汁 (豆腐、人参、ワカメ)	鯖、ワカメ、 豆腐	米 春雨	大根、人参、胡瓜	★紫陽花 ゼリー
17	火	ゆかりごはん ★白身魚の天ぷら	★きつねうどん 白菜の和え物	揚げ、ワカメ、 鯖	米 うどん	葱、白菜、人参	★ソフト サラダ
18	水	ごはん 肉詰めいなのり煮物	★サーモンのマヨドレ焼き みそ汁 (じゃが芋、もやし、しめじ)	揚げ、鶏肉、 サーモン	米 じゃが芋	大根、人参、もやし、 しめじ	五平餅
19	木	ごはん ひじきの煮物	鶏肉の照り焼き みそ汁 (青梗菜、玉葱、麩)	鶏肉、ひじき、 麩	米	いんげん、人参、 青梗菜、玉葱	★揚げパン
20	金	★カレーライス ★キャベツのマヨドレサラ	オレンジ	鶏肉、ツナ	米 じゃが芋	玉葱、人参、キャベツ、 赤ピーマン、オレンジ	ばたばた焼
23	月	ふりかけごはん ブロッコリーソテー	ミートスパゲッティ スープ (青梗菜、玉葱、ワカメ)	牛肉、豚肉、 ワカメ	米 スパゲッティ	玉葱、椎茸、トマト、 ブロッコリー、人参、 青梗菜	★ソフト サラダ
24	火	ごはん 法蓮草のナムル	春巻き スープ (南瓜、玉葱、大根の葉)	豚肉、竹輪	米 南瓜	筍、法蓮草、もやし、 人参、玉葱、大根の葉	★ココア 蒸しケーキ
25	水	ごはん キャベツのゆかり和え	★鰻のマヨドレ焼き スープ (小松菜、もやし、コーン)	鰻	米	キャベツ、人参、小松菜、 もやし、コーン	焼きそば
26	木	ごはん ピーマンのじゃこ炒め	豚肉の生姜焼き みそ汁 (里芋、玉葱、竹輪)	豚肉、しらす、 竹輪	米 里芋	玉葱、人参、ピーマン、 赤ピーマン	★苺ゼリー
27	金	🎂お誕生日会🎂 ごはん じゃが芋の金平 スープ (青梗菜、もやし、椎茸)	★チキン南蛮風 キャベツとコーンサラダ ミニゼリー	鶏肉	米 じゃが芋	キャベツ、胡瓜、コーン、 人参、青梗菜、もやし、 椎茸、玉葱	★誕生日 ケーキ
30	月	ごはん いんげんの胡麻和え	★白身魚の天ぷら みそ汁 (豆腐、玉葱、葱)	豆腐、鰻	米	いんげん、人参、玉葱、 葱	星たべよ

🕒時の記念日🕒

6月10日は時の記念日です。
時間が大切であるということを
日本に広める為に出来た日で、
日本で初めて時計の鐘を打った日
です。

6月4日は虫菌予防デー・蒸しパンの日
です。昼食はかみかみ献立を提供します。

食中毒に注意！

手洗いはかかさずに

じめじめとした梅雨が続き、気温の高いこの時期は、
細菌の繁殖に適した条件が揃い、食中毒が増える
季節です。食品管理に注意することはもちろん、子
どもたちには下痢や腹痛、嘔吐などのつらい思いをさ
せないためにも、手洗いを徹底させましょう。食中毒
予防の基本は、「菌をつけない」こと。トイレの後や
食事の前には、必ず石鹸で手を洗う習慣を守ること
が大切です。





6月ごはんだより (1~2歳 卵・乳アレルギー)



2025年 6月 北里保育園

日付	曜日	おひるごはん		三色食品群			10時おやつ	3時おやつ
				あか	きいろ	みどり		
2	月	ごはん ブロッコリーサラダ	鶏肉のトマト煮 ★みそ汁 (小松菜、玉葱、豆腐)	鶏肉、 豆腐	米 じゃが芋	玉葱、人参、トマト、 ブロッコリー、小松菜	ハッピー ターン	満月ボン
3	火	ごはん オクラのおかか和え	★ホキのマヨドレ焼き みそ汁 (南瓜、玉葱、椎茸)	ホキ	米 南瓜	オクラ、人参、玉葱、 椎茸	★ソフト サラダ	マカロニ きなこ
4	水	～虫歯予防デー (かみかみ献立)～ しらすりわかめご飯 法蓮草と切干大根のお浸し	筑前煮 みそ汁 (もやし、キャベツ、人参)	鶏肉、竹輪、 しらす、ワカメ、	米 里芋	人参、椎茸、牛蒡、 いんげん、法蓮草、大根、 もやし、キャベツ	コーン フレーク	★さつまいも 蒸しパン
5	木	ごはん 大根サラダ	白身魚のフライ みそ汁 (じゃが芋、法蓮草、揚げ)	鰯、ツナ、 揚げ	米 じゃが芋	大根、胡瓜、法蓮草	★たべっこ ベビー	★ソフト サラダ
6	金	ごはん ★さつま芋サラダ	麻婆豆腐 中華スープ	豆腐、豚肉、 ワカメ	米 さつま芋	玉葱、椎茸、葱、 胡瓜、人参、もやし	アンパンマン せんべい	★12"マドレ トースト
9	月	ごはん ★キャベツのフレンチサラダ	★鰯のポテト焼き みそ汁 (白菜、えのき、大根の葉)	鰯	米 じゃが芋	玉葱、キャベツ、赤ピーマン、 コーン、白菜、えのき、 大根の葉	星たべよ	★鮭の ラスク
10	火	🕒時の記念日🕒 ★オムライス風 みかん缶	ジャーマンポテト スープ (キャベツ、人参、コーン)	鶏肉、 ツナ	米 南瓜 じゃが芋	玉葱、人参、ピーマン、 赤ピーマン、みかん、 キャベツ、コーン	コーン フレーク	ソフト サラダ
11	水	ごはん ★いり豆腐風	★南瓜挽肉フライ みそ汁 (小松菜、竹輪、ワカメ)	豆腐、ワカメ 竹輪、豚肉	米 南瓜	人参、椎茸、葱、 小松菜	ハッピー ターン	★ツナ サンド
12	木	★カレーライス ★もやしと胡瓜のサラダ	バナナ	豚肉	米 じゃが芋	玉葱、人参、もやし、 胡瓜、コーン、バナナ	★ソフト サラダ	★クレープ
13	金	ごはん 大根の煮物	★ホキのパン粉焼き みそ汁 (鮭、法蓮草、もやし)	ホキ、揚げ、 鮭	米	大根、人参、法蓮草、 もやし、	★コーン フレーク	大学芋
16	月	ごはん ★春雨サラダ	鯖のみぞれ煮 ★すまし汁 (豆腐、人参、ワカメ)	鯖、ワカメ、 豆腐	米 春雨	大根、人参、胡瓜	満月ボン	★紫陽花 ゼリー
17	火	ゆかりごはん ★白身魚の天ぷら	★きつねうどん 白菜の和え物	揚げ、ワカメ、 鰯	米 うどん	葱、白菜、人参	ぼたぼた焼	★ソフト サラダ
18	水	ごはん 肉詰めいなりの煮物	★サーモンのマヨドレ焼き みそ汁 (じゃが芋、もやし、しめじ)	揚げ、鶏肉、 サーモン	米 じゃが芋	大根、人参、もやし、 しめじ	★ハッピー ターン	五平餅
19	木	ごはん ひじきの煮物	鶏肉の照り焼き みそ汁 (青梗菜、玉葱、鮭)	鶏肉、ひじき、 鮭	米	いんげん、人参、 青梗菜、玉葱	★たべっこ ベビー	★揚げパン
20	金	★カレーライス ★キャベツのマヨドレサラ	オレンジ	鶏肉、ツナ	米 じゃが芋	玉葱、人参、キャベツ、 赤ピーマン、オレンジ	アンパンマン せんべい	ぼたぼた焼
23	月	ふりかけごはん ブロッコリーソテー	ミートスパゲッティ スープ (青梗菜、玉葱、ワカメ)	牛肉、豚肉、 ワカメ	米 スパゲッティ	玉葱、椎茸、トマト、 ブロッコリー、人参、 青梗菜	星たべよ	★ソフト サラダ
24	火	ごはん 法蓮草のナムル	春巻き スープ (南瓜、玉葱、大根の葉)	豚肉、竹輪	米 南瓜	筍、法蓮草、もやし、 人参、玉葱、大根の葉	★ハッピー ターン	★ココア 蒸しケーキ
25	水	ごはん キャベツのゆかり和え	★鰯のマヨドレ焼き スープ (小松菜、もやし、コーン)	鰯	米	キャベツ、人参、小松菜、 もやし、コーン	アンパンマン せんべい	焼きそば
26	木	ごはん ピーマンのじゃこ炒め	豚肉の生姜焼き みそ汁 (里芋、玉葱、竹輪)	豚肉、しらす、 竹輪	米 里芋	玉葱、人参、ピーマン、 赤ピーマン	★たべっこ ベビー	★母ゼリー
27	金	🎂お誕生日会🎂 ごはん じゃが芋の金平 スープ (青梗菜、もやし、椎茸)	★チキン南蛮風 キャベツとコーンサラダ ミニゼリー	鶏肉	米 じゃが芋	キャベツ、胡瓜、コーン、 人参、青梗菜、もやし、 椎茸、玉葱	★ソフト サラダ	★誕生日 ケーキ
30	月	ごはん いんげんの胡麻和え	★白身魚の天ぷら みそ汁 (豆腐、玉葱、葱)	豆腐、鰯	米	いんげん、人参、玉葱、 葱	コーン フレーク	星たべよ

🕒 時の記念日 🕒

6月10日は時の記念日です。
時間が大切であるということを
日本に広める為に出来た日で、
日本で初めて時計の鐘を打った日
です。

6月4日は虫歯予防デー・蒸しパンの日
です。昼食はかみかみ献立を提供します。

食中毒に注意！

手洗いはかかさずに

じめじめとした梅雨が続く、気温の高いこの時期は、細菌の繁殖に
適した条件が揃い、食中毒が増える季節です。食品管理に注意
することはもちろん、子どもたちに下痢や腹痛、嘔吐などのつらい
思いをさせないためにも、手洗いを徹底させましょう。食中毒予防
の基本は、「菌をつけない」こと。トイレの後や食事の前には、必ず
石鹸で手を洗う習慣を守ることが大切です。





6月ごはんだより (1~2歳 卵・青魚アレルギー)



2025年 6月 北里保育園

日付	曜日	おひるごはん		三色食品群			10時おやつ	3時おやつ
				あか	きいろ	みどり		
2	月	ごはん ブロッコリーサラダ	鶏肉のトマト煮 ★みそ汁 (小松菜、玉葱、豆腐)	鶏肉、豆腐	米 じゃが芋	玉葱、人参、トマト、ブロッコリー、小松菜	ハッピーターン	満月ボン
3	火	ごはん オクラのおかか和え	★ホキのマヨドレ焼き みそ汁 (南瓜、玉葱、椎茸)	ホキ	米 南瓜	オクラ、人参、玉葱、椎茸	★ソフトサラダ	マカロニきなこと
4	水	～虫歯予防デー (かみかみ献立)～ しらす入りわかめご飯 法蓮草と切干大根のお浸し	筑前煮 みそ汁 (もやし、キャベツ、人参)	鶏肉、竹輪、しらす、ワカメ	米 里芋	人参、椎茸、牛蒡、いんげん、法蓮草、大根、もやし、キャベツ	コーンフレーク	★さつまいも蒸しパン
5	木	ごはん 大根サラダ	白身魚のフライ みそ汁 (じゃが芋、法蓮草、揚げ)	鰯、ツナ、揚げ	米 じゃが芋	大根、胡瓜、法蓮草	★たべっこベビー	★ソフトサラダ
6	金	ごはん ★さつま芋サラダ	麻婆豆腐 中華スープ	豆腐、豚肉、ワカメ	米 さつま芋	玉葱、椎茸、葱、胡瓜、人参、もやし	アンパンマンせんべい	★11'マドレトースト
9	月	ごはん ★キャベツのフレンチサラダ	★鰯のポテト焼き みそ汁 (白菜、えのき、大根の葉)	鰯	米 じゃが芋	玉葱、キャベツ、赤ピーマン、コーン、白菜、えのき、大根の葉	星たべよ	★駄のラスク
10	火	🕒時の記念日🕒 ★オムライス風 みかん缶	ジャーマンポテト スープ (キャベツ、人参、コーン)	鶏肉、ツナ	米 南瓜 じゃが芋	玉葱、人参、ピーマン、赤ピーマン、みかん、キャベツ、コーン	コーンフレーク	ソフトサラダ
11	水	ごはん ★いり豆腐風	★南瓜挽肉フライ みそ汁 (小松菜、竹輪、ワカメ)	豆腐、ワカメ、竹輪、豚肉	米 南瓜	人参、椎茸、葱、小松菜	ハッピーターン	★ツナサンド
12	木	★カレーライス ★もやしと胡瓜のサラダ	バナナ	豚肉	米 じゃが芋	玉葱、人参、もやし、胡瓜、コーン、バナナ	★ソフトサラダ	★クレープ
13	金	ごはん 大根の煮物	★ホキのパン粉焼き みそ汁 (駄、法蓮草、もやし)	ホキ、揚げ、駄	米	大根、人参、法蓮草、もやし	★コーンフレーク	大学芋
16	月	ごはん ★春雨サラダ	★鰯のみぞれ煮 ★すまし汁 (豆腐、人参、ワカメ)	鰯、ワカメ、豆腐	米 春雨	大根、人参、胡瓜	満月ボン	★紫陽花ゼリー
17	火	ゆかりごはん ★白身魚の天ぷら	★きつねうどん 白菜の和え物	揚げ、ワカメ、鰯	米 うどん	葱、白菜、人参	ぼたぼた焼	★ソフトサラダ
18	水	ごはん 肉詰めいなり煮物	★サーモンのマヨドレ焼き みそ汁 (じゃが芋、もやし、しめじ)	揚げ、鶏肉、サーモン	米 じゃが芋	大根、人参、もやし、しめじ	★ハッピーターン	五平餅
19	木	ごはん ひじきの煮物	鶏肉の照り焼き みそ汁 (青梗菜、玉葱、駄)	鶏肉、ひじき、駄	米	いんげん、人参、青梗菜、玉葱	★たべっこベビー	★揚げパン
20	金	★カレーライス ★キャベツのマヨドレサラ	オレンジ	鶏肉、ツナ	米 じゃが芋	玉葱、人参、キャベツ、赤ピーマン、オレンジ	アンパンマンせんべい	ぼたぼた焼
23	月	ふりかけごはん ブロッコリーソテー	ミートスパゲッティ スープ (青梗菜、玉葱、ワカメ)	牛肉、豚肉、ワカメ	米 スパゲッティ	玉葱、椎茸、トマト、ブロッコリー、人参、青梗菜	星たべよ	★ソフトサラダ
24	火	ごはん 法蓮草のナムル	春巻き スープ (南瓜、玉葱、大根の葉)	豚肉、竹輪	米 南瓜	筍、法蓮草、もやし、人参、玉葱、大根の葉	★ハッピーターン	★ココア蒸しケーキ
25	水	ごはん キャベツのゆかり和え	★鰯のマヨドレ焼き スープ (小松菜、もやし、コーン)	鰯	米	キャベツ、人参、小松菜、もやし、コーン	アンパンマンせんべい	焼きそば
26	木	ごはん ピーマンのじゃこ炒め	豚肉の生姜焼き みそ汁 (里芋、玉葱、竹輪)	豚肉、しらす、竹輪	米 里芋	玉葱、人参、ピーマン、赤ピーマン	★たべっこベビー	★毎ゼリー
27	金	🎂お誕生日会🎂 ごはん じゃが芋の金平 スープ (青梗菜、もやし、椎茸)	★チキン南蛮風 キャベツとコーンサラダ ミニゼリー	鶏肉	米 じゃが芋	キャベツ、胡瓜、コーン、人参、青梗菜、もやし、椎茸、玉葱	★ソフトサラダ	★誕生日ケーキ
30	月	ごはん いんげんの胡麻和え	★白身魚の天ぷら みそ汁 (豆腐、玉葱、葱)	豆腐、鰯	米	いんげん、人参、玉葱、葱	コーンフレーク	星たべよ

🕒時の記念日🕒

6月10日は時の記念日です。
時間が大切であるということを
日本に広める為に出来た日で、
日本で初めて時計の鐘を打った日
です。

6月4日は虫歯予防デー・蒸しパンの日
です。昼食はかみかみ献立を提供します。

食中毒に注意！

手洗いはかかさずに

じめじめとした梅雨が続く、気温の高いこの時期は、細菌の繁殖に適した条件が揃い、食中毒が増える季節です。食品管理に注意することはもちろん、子どもたちに下痢や腹痛、嘔吐などのつらい思いをさせないためにも、手洗いを徹底させましょう。食中毒予防の基本は、「菌をつけない」こと。トイレの後や食事の前には、必ず石鹸で手を洗う習慣を守ることが大切です。





6月ごはんだより (1~2歳 卵・小麦アレルギー)



2025年 6月 北里保育園

日付	曜日	おひるごはん		三色食品群			10時おやつ	3時おやつ
				あか	きいろ	みどり		
2	月	ごはん ★ブロッコリーサラダ	鶏肉のトマト煮 ★みそ汁 (小松菜、玉葱、豆腐)	鶏肉、豆腐	米 じゃが芋	玉葱、人参、トマト、 ブロッコリー、小松菜	ハッピー ターン	★苺ゼリー
3	火	ごはん ★オクラのおかか和え	★ホキのマヨドレ焼き みそ汁 (南瓜、玉葱、椎茸)	ホキ	米 南瓜	オクラ、人参、玉葱、 椎茸	★ソフト サラダ	★しらす &わかめ せんべい
4	水	～虫歯予防デー (かみかみ献立)～ しらすりわかめご飯 ★法蓮草と切干大根のお浸し	★筑前煮 みそ汁 (もやし、キャベツ、人参)	鶏肉、竹輪、 しらす、ワカメ	米 里芋	人参、椎茸、牛蒡、 いんげん、法蓮草、大根、 もやし、キャベツ	コーン フレーク	★さつま芋も 蒸しパン
5	木	ごはん ★大根サラダ	★煮魚 (鰯) みそ汁 (じゃが芋、法蓮草、揚げ)	鰯、ツナ、 揚げ	米 じゃが芋	大根、胡瓜、法蓮草	★ハッピー ターン	★ソフト サラダ
6	金	ごはん ★さつま芋サラダ	★麻婆豆腐 ★中華スープ	豆腐、豚肉、 ワカメ	米 さつま芋	玉葱、椎茸、葱、 胡瓜、人参、もやし	★コーン フレーク	★北のぼろ トースト
9	月	ごはん ★キャベツのフレンチサラダ	★鰯のポテト焼き みそ汁 (白菜、えのき、大根の葉)	鰯	米 じゃが芋	玉葱、キャベツ、赤ピーマン、 コーン、白菜、えのき、 大根の葉	★ハッピー ターン	★しらす &わかめ せんべい
10	火	🕒時の記念日🕒 ★オムライス風 みかん缶	★ジャーマンポテト ★スープ (キャベツ、人参、コーン)	鶏肉、ツナ	米 南瓜 じゃが芋	玉葱、人参、ピーマン、 赤ピーマン、みかん、 キャベツ、コーン	コーン フレーク	ソフト サラダ
11	水	ごはん ★いり豆腐風	★南瓜と鶏肉の煮物 みそ汁 (小松菜、竹輪、ワカメ)	豆腐、ワカメ 竹輪、鶏肉	米 南瓜	人参、椎茸、葱、 小松菜、玉葱	ハッピー ターン	★ツナ サンド
12	木	★カレーライス ★フレンチサラダ	バナナ	豚肉	米 じゃが芋	玉葱、人参、もやし、 胡瓜、コーン、バナナ	★ソフト サラダ	★クレープ
13	金	ごはん ★大根の煮物	★ホキのマヨドレ焼き ★みそ汁 (豆腐、法蓮草、もやし)	ホキ、揚げ、 豆腐	米	大根、人参、法蓮草、 もやし	★コーン フレーク	★大学芋
16	月	ごはん ★春雨サラダ	★鯖のみぞれ煮 ★すまし汁 (豆腐、人参、ワカメ)	鯖、ワカメ、 豆腐	米 春雨	大根、人参、胡瓜	★ハッピー ターン	★紫陽花 ゼリー
17	火	ゆかりごはん ★白菜の和え物	★ハンバーグ ★すまし汁 (豆腐、法蓮草、玉葱)	鶏肉、豆腐	米	白菜、人参、玉葱、 法蓮草	★コーン フレーク	★ソフト サラダ
18	水	ごはん ★厚揚げの煮物	★サーモンのマヨドレ焼き みそ汁 (じゃが芋、もやし、しめじ)	揚げ、鶏肉、 サーモン	米 じゃが芋	大根、人参、もやし、 しめじ	★ハッピー ターン	五平餅
19	木	ごはん ★ひじきの煮物	★鶏肉の照り焼き ★みそ汁 (青梗菜、玉葱、豆腐)	鶏肉、ひじき、 豆腐	米	いんげん、人参、 青梗菜、玉葱	★しらす &わかめ せんべい	★揚げパン
20	金	★カレーライス ★キャベツのマヨドレサラ	オレンジ	鶏肉、ツナ	米 じゃが芋	玉葱、人参、キャベツ、 赤ピーマン、オレンジ	★ソフト サラダ	★小魚 せんべい
23	月	★ゆかりごはん ★ブロッコリーソテー	★ハンバーグ ★スープ (青梗菜、玉葱、ワカメ)	鶏肉、ワカメ	米	玉葱、トマト、 ブロッコリー、人参、 青梗菜	★コーン フレーク	★ソフト サラダ
24	火	ごはん ★法蓮草のナムル	★エビマヨ ★スープ (南瓜、玉葱、大根の葉)	エビ、竹輪	米 南瓜	ブロッコリー、法蓮草、 もやし、人参、玉葱、 大根の葉	★ハッピー ターン	★ココア 蒸しケーキ
25	水	ごはん ★キャベツのゆかり和え	★鰯のマヨドレ焼き ★スープ (小松菜、もやし、コーン)	鰯	米	キャベツ、人参、小松菜、 もやし、コーン	★しらす &わかめ せんべい	★さつま芋 の甘煮
26	木	ごはん ★ピーマンのじゃこ炒め	★豚肉の生姜焼き みそ汁 (里芋、玉葱、竹輪)	豚肉、しらす、 竹輪	米 里芋	玉葱、人参、ピーマン、 赤ピーマン	★コーン フレーク	★苺ゼリー
27	金	🎂お誕生日会🎂 ごはん ★じゃが芋の金平 ★スープ (青梗菜、もやし、椎茸)	★チキン南蛮風 ★キャベツサラダ ミニゼリー	鶏肉	米 じゃが芋	キャベツ、胡瓜、コーン、 人参、青梗菜、もやし、 椎茸、玉葱	★ソフト サラダ	★誕生日 ケーキ
30	月	ごはん ★いんげんの胡麻和え	★煮魚 (鰯) みそ汁 (豆腐、玉葱、葱)	豆腐、鰯	米	いんげん、人参、玉葱、 葱	コーン フレーク	★ハッピー ターン

🕒時の記念日🕒

6月10日は時の記念日です。
時間が大切であるということを
日本に広める為に出来た日で、
日本で初めて時計の鐘を打った日
です。

6月4日は虫歯予防デー・蒸しパンの日
です。昼食はかみかみ献立を提供します。

食中毒に注意！

手洗いはかかさずに

じめじめとした梅雨が続き、気温の高いこの時期は、細菌の繁殖
に適した条件が揃い、食中毒が増える季節です。食品管理に注意
することはもちろん、子どもたちに下痢や腹痛、嘔吐などのつらい
思いをさせないためにも、手洗いを徹底させましょう。食中毒予防
の基本は、「菌をつけない」こと。トイレの後や食事の前には、必ず
石鹸で手を洗う習慣を守ることが大切です。

