

令和2年(2020年)6月

給食だより

下東条西保育所

月	火	水	木	金	土
1 豆腐のマヨネーズ焼き ツナ・豆腐 人参・青葱・コーン・生姜 小麦粉・マヨネーズ 中華サラダ ハム・卵・春雨・わかめ 人参・きゅうり すりごま・ごま油 オレンジ	2 パンプキンオムレツ ベーコン・卵・チーズ 人参・南瓜・ピーマン・玉葱 ケチャップ キャベツの塩昆布和え ちりめん・塩昆布 キャベツ・もやし バナナ	3 鯖の照り焼き 鯖 ひじきと大豆の炒り煮 鶏肉・油揚げ・大豆・ひじき 人参・牛蒡・干し椎茸 糸こんにゃく グレープフルーツ	4 大豆のミネストローネ ベーコン・大豆 人参・トマト缶・玉葱 じゃが芋・マカロニ・コンソメ 青菜のウインナーソテー ウインナー 小松菜 オレンジ 手作りおやつ サーターアンダギー	5 肉豆腐 竹輪・牛肉・豆腐 人参・青葱・玉葱・椎茸 糸こんにゃく もやしとわかめの和え物 竹輪・わかめ もやし・コーン すりごま・ごま油 バナナ	6 ミートスパゲティ 合ミンチ 人参・玉葱 パスタ・ケチャップ ふりかけ オレンジ
8 クリームシチュー 鶏肉・牛乳 人参・玉葱・しめじ じゃが芋・ルー サラダ ウインナー・卵 トマト・ブロッコリー オレンジ	9 ☆冷やしうどん カニカマ・卵・わかめ トマト・きゅうり 天かす・うどん 天ぷら・ふりかけ ウインナー・卵・ふりかけ 小麦粉 バナナ 手作りおやつ カナッペ	10 かしわごはん 鶏肉・油揚げ・卵・刻み海苔 人参・牛蒡・干し椎茸 かきたま汁 卵・豆腐 青葱・えのき 片栗粉 グレープフルーツ	11 さばの塩焼き・ゆで卵 鯖・卵 じゃが芋とブロッコリーのサラダ ハム 人参・ブロッコリー・コーン じゃが芋・マヨネーズ オレンジ おやつ ヨーグルト	12 ロールサンド ツナ・鶏肉 きゅうり・キャベツ・ロールパン 片栗粉・マヨネーズ・ケチャップ 野菜スープ ベーコン・わかめ 人参・青葱・玉葱・キャベツ・しめじ コンソメ バナナ	13 親子丼 鶏肉・卵 人参・青葱・玉葱・椎茸 棒チーズ オレンジ
15 お好み焼き 粉かつお・竹輪・豚肉・卵・チーズ 青のり・人参・青葱・キャベツ こんにゃく・小麦粉・ソース・マヨネーズ ちりめんとピーマンの佃煮 ちりめん ピーマン オレンジ	16 煮込みハンバーグ 合ミンチ・卵・豆腐・牛乳・ひじき 玉葱・パイン缶 パン粉・ケチャップ・ソース グリーンサラダ トマト・ブロッコリー 人参・きゅうり・キャベツ パイナップル	17 高野豆腐の五目煮 鶏肉・高野豆腐 人参・いんげん・玉葱・干し椎茸 じゃが芋・糸こんにゃく gat ツナ・春雨・大豆・ひじき 人参・きゅうり マヨネーズ グレープフルーツ 手作りおやつ 抹茶蒸しパン	18 さけのマヨネーズ焼き 鮭・白味噌 マヨネーズ ゆで干し大根煮 竹輪・鶏肉・油揚げ 人参・青葱・ゆで干し大根・干し椎茸 糸こんにゃく オレンジ 手作りおやつ ブルーベリーヨーグルト	19 ミルフィーユカツ 豚肉・卵 トマト・ブロッコリー 小麦粉・パン粉・ソース・ケチャップ かぼちゃサラダ ハム 南瓜・人参・きゅうり・コーン マヨネーズ バナナ	20 ハムエッグ ハム・卵 人参・玉葱・もやし・キャベツ 味噌つけ海苔 オレンジ
22 千草焼き 鶏ミンチ・卵・ひじき 人参・青葱・玉葱・干し椎茸 刻み昆布とツナの金平風 ツナ・刻み昆布 人参・蓮根 オレンジ 手作りおやつ ココアちんすこう	23 肉じゃが 竹輪・牛肉・焼き豆腐 人参・いんげん・玉葱 じゃが芋・糸こんにゃく 小松菜とわかめのナムル わかめ トマト・小松菜・コーン ごま油 バナナ	24 ☆かきあげ丼 海老・竹輪・卵・大豆 人参・ピーマン・玉葱 さつま芋・小麦粉・片栗粉 味噌汁 豆腐・油揚げ・味噌・わかめ 人参・青葱・玉葱・えのき じゃが芋 グレープフルーツ 手作りおやつ あじさいゼリー	25 魚の野菜あんかけ メルルーサ 人参・ピーマン・南瓜・玉葱・しめじ・筍 エリンギ・干し椎茸・片栗粉 竹輪の生姜煮 竹輪 生姜 オレンジ	26 マーマレードチキン 鶏肉 トマト・ブロッコリー 片栗粉・マーメイド ポテトサラダ ハム・卵 人参・きゅうり・コーン じゃが芋・マヨネーズ バナナ	27 ポークビーンズ 竹輪・豚肉・ベーコン・大豆 人参・いんげん・玉葱 じゃが芋・ケチャップ・コンソメ のり佃煮 オレンジ
29 和風ポトフ 鶏肉・厚揚げ 人参・キャベツ・玉葱・しめじ じゃが芋 竹輪のゆかり揚げ 竹輪・卵・ゆかり 小麦粉 オレンジ	30 麻婆豆腐 合ミンチ・豆腐 人参・青葱・玉葱・干し椎茸・生姜・筍 片栗粉・中華だし 春雨の酢の物 ハム・春雨・わかめ きゅうり すりごま バナナ	＊花・雪・月組は1日(月)にお米1合を持ってきてください。 10日・24日に使用する分です。 ＊月組クッキングはコロナウイルス感染防止の為、中止させていただきます。 ＊「☆」は新メニューです。			

このマークのついている日は白飯を持参して下さい。
 ※お米の入った袋に名前を書いてください。

※食材は都合により変更する場合があります。



食中毒から身を守ろう!

湿度・気温が高くなってくる夏場は、食中毒が最も発生しやすい時期です。
 食中毒を防ぐには、手や調理器具をしっかりと洗う、食材の洗浄・加熱を充分にし、また放置しないなどの注意が必要。
 また腸内環境を整えて、食中毒に対する免疫力を備えることが大切です。(https://shokuiku-daijiten.com)