

6月の給食献立

たちばな幼稚園
好川智菜

日	曜	献立名	主な食材名
3	月	きつねご飯 豆腐あんかけ 味噌汁 梅納豆	発芽玄米 油揚げ 枝豆 みりん 黒砂糖 醤油 菜膳だし 厚揚げ 人参 昆布 玉葱 白菜 葱 椎茸 みりん 黒砂糖 醤油 片栗粉 大根 玉葱 味噌 玉葱 人参 おくら 納豆 醤油 ゆかり
4	火	おかかご飯 ポトフ すまし汁 白菜納豆	発芽玄米 鯉節 胡麻 みりん 醤油 菜膳だし じゃが芋 玉葱 人参 大根 ブロッコリー 薄口醤油 野菜コンソメ パセリ しめじ 麩 葱 みりん 薄口醤油 白菜 人参 昆布 納豆 醤油
5	水	ひじきご飯 すき焼き風煮 味噌汁 ほうれん草と人参のツナ和え	発芽玄米 ひじき 人参 胡麻 みりん 醤油 菜膳だし 白菜 大根 玉葱 白葱 焼き豆腐 椎茸 人参 車麩 みりん 黒砂糖 醤油 薩摩芋 しめじ 味噌 ほうれん草 人参 ツナ 黒酢 醤油 黒砂糖 胡麻
6	木	キャロットご飯 高野豆腐の煮物 味噌汁 山芋納豆	発芽玄米 人参 胡麻 みりん 醤油 菜膳だし 高野豆腐 人参 玉葱 昆布 椎茸 葱 みりん 黒砂糖 醤油 玉葱 わかめ 油揚げ 味噌 山芋 人参 昆布 納豆 醤油
7	金	大豆ご飯 鯖の塩焼き 味噌汁 じゃが芋納豆	発芽玄米 大豆 みりん 醤油 菜膳だし 鯖 酒 塩 しめじ 人参 油揚げ 味噌 じゃが芋 人参 玉葱 納豆 醤油
10	月	薩摩芋ご飯 金平ごぼう 味噌汁 大根納豆	発芽玄米 薩摩芋 黒ゴマ みりん 醤油 菜膳だし 牛蒡 人参 玉葱 油揚げ 葱 蒟蒻 胡麻 みりん 黒砂糖 醤油 胡麻油 白菜 豆腐 葱 味噌 大根 人参 玉葱 納豆 醤油
11	火	きのこご飯 五目煮 味噌汁 白菜の柚子和え	発芽玄米 きのこ しめじ みりん 醤油 菜膳だし 椎茸 昆布 人参 大根 大豆 蒟蒻 みりん 黒砂糖 醤油 もやし 玉葱 油揚げ 味噌 白菜 人参 竹輪 黒砂糖 醤油 柚子果汁
12	水	いりごご飯 中華炒め 中華スープ 南瓜納豆 パイナップル	発芽玄米 いりこ 胡麻 みりん 醤油 菜膳だし 白菜 人参 玉葱 椎茸 ピーマン さつま揚げ 中華だし 醤油 片栗粉 小松菜 えのき 中華だし 塩 醤油 胡麻 胡麻油 南瓜 人参 玉葱 納豆 醤油 パイナップル
13	木	ごぼうご飯 豆腐と野菜の煮物 もやしスープ きのこ納豆	発芽玄米 牛蒡 人参 胡麻 みりん 醤油 菜膳だし 厚揚げ 人参 大根 白菜 玉葱 昆布 みりん 黒砂糖 醤油 もやし わかめ 薄口醤油 野菜コンソメ パセリ しめじ なめこ えのき 胡麻 納豆 醤油
14	金	枝豆ご飯 切干大根煮 味噌汁 もやし納豆	発芽玄米 枝豆 みりん 醤油 菜膳だし 切干大根 人参 椎茸 油揚げ 昆布 蒟蒻 醤油 みりん 黒砂糖 薄口醤油 ほうれん草 玉葱 味噌 もやし 人参 胡瓜 青のり 納豆 醤油
17	月	わかめご飯 野菜のトマト煮 味噌汁 水菜と牛蒡和え	発芽玄米 わかめ みりん 塩 醤油 菜膳だし 玉葱 人参 しめじ キャベツ トマト缶 ケチャップ お好みソース 黒砂糖 野菜コンソメ オリーブオイル ウスターソース パセリ しめじ もやし 葱 味噌 水菜 牛蒡 人参 昆布 ツナ 醤油 黒酢 黒砂糖
18	火	ちりめんご飯 薩摩芋とひじき煮 味噌汁 昆布納豆	発芽玄米 ちりめん 胡麻 みりん 醤油 菜膳だし 薩摩芋 人参 玉葱 糸蒟蒻 ひじき 油揚げ グリンピース みりん 黒砂糖 醤油 豆腐 玉葱 葱 味噌 昆布 人参 もやし 納豆 醤油
19	水	ゆかりご飯 白菜とさつま揚げ煮 味噌汁 胡瓜納豆	発芽玄米 ゆかり みりん 醤油 菜膳だし 白菜 人参 玉葱 しめじ 昆布 さつま揚げ 酒 みりん 黒砂糖 醤油 大根 白葱 味噌 胡瓜 人参 玉葱 納豆 醤油

20	木	とうもろこしご飯 野菜炒め 中華スープ 春雨納豆	発芽玄米 コーン 醤油 みりん 菜膳だし キャベツ 人参 玉葱 ピーマン しめじ さつま揚げ 中華だし いりこ 鯉節 白菜 もやし 中華だし 醤油 胡麻油 胡麻 塩 春雨 人参 胡瓜 納豆 醤油
21	金	ピースご飯 ししゃも 味噌汁 もやしナムル	芽玄米 グリンピース みりん 塩 醤油 菜膳だし ししゃも 大根 玉葱 油揚げ 味噌 もやし 小松菜 人参 ひじき 胡麻 中華だし 醤油 胡麻油
24	月	炊き込みご飯 じゃが煮 味噌汁 ブロッコリー納豆	発芽玄米 人参 椎茸 油揚げ みりん 醤油 菜膳だし じゃが芋 玉葱 人参 昆布 グリンピース みりん 黒砂糖 醤油 えのき もやし 葱 味噌 ブロッコリー 赤パプリカ 玉葱 納豆 醤油
25	火	たくあんご飯 はちはい 味噌汁 大豆とひじきサラダ	発芽玄米 たくあん 胡麻 みりん 醤油 菜膳だし 蒟蒻 椎茸 人参 里芋 大根 切干大根 グリンピース 生姜 みりん 黒砂糖 醤油 大根 白菜 葱 味噌 大豆 ひじき キャベツ 人参 黒砂糖 黒酢 醤油 胡麻油
26	水	昆布ご飯 鮭の炒め物 すまし汁 キャベツ納豆	発芽玄米 昆布 胡麻 みりん 醤油 菜膳だし 鮭フレーク 白菜 人参 椎茸 もやし 玉葱 ケチャップ コンソメ お好みソース ウスターソース 胡麻油 パセリ 玉葱 麩 三つ葉 みりん 塩 薄口醤油 キャベツ 人参 竹輪 胡麻 納豆 醤油
27	木	大根ご飯 韓国風五目煮 味噌汁 ひじき納豆	発芽玄米 大根 油揚げ 黒胡麻 みりん 醤油 菜膳だし 大根 昆布 大豆 人参 椎茸 蒟蒻 コチュジャン 醤油 黒砂糖 酒 胡麻油 玉葱 ほうれん草 椎茸 味噌 ひじき 人参 水菜 胡麻 納豆 醤油
28	金	味噌豆乳麺 切干納豆	平面ビーフン もやし 人参 小松菜 コーン 豆乳 黒砂糖 塩 米味噌 こしょう 切干大根 人参 白葱 納豆 醤油 胡麻油

献立は食材の納品等により変更する場合があります。ご了承ください。

誕生日

パイナップル



郷土料理について

「はちはい」は香川県の郷土料理です。あっさりとした味が美味しく、
八杯おかわりしたので八杯(はちはい)という名前が付けられています。

付けない

- 手洗い
- 器具の洗浄、消毒

増やさない

- 適切な温度での保管
- 調理後は速やかに食べる

食中毒予防の3原則

やっつける
加熱殺菌

参照：厚生労働省より

6月は気温・湿度が高くなり、食中毒が増える時期です。

食中毒の3原則は、
「付けない・増やさない・やっつける」です。

また、体調を崩して抵抗力が低下すると
食中毒が起こりやすくなります。

手洗いうがいをして体調には気をつけてください。

