

年間目標 『楽しく食べよう』

6月の給食目標 **よく噛んで食べよう**

食べるときにはよく噛みましょう～と言われるように、よく噛むと消化にいいだけでなく、こんなにいいことがあります。

ひみこの歯がいーぜ
 肥満を防止する
 味覚を発達させる
 言葉の発音をはっきりさせる
 脳を発達させる
 歯の病気を予防する
 がんを予防する
 胃腸の働きを促進する
 全身の体力向上、全力投球に有効

保育園でも、3時のおやつや未満児の朝おやつにいりこ食を取り組んでいます。よく噛むことで唾液の分泌がよくなり、虫歯予防につながります。また、いりこはカルシウム、ミネラル等多く含む食材です。成長期の子ども達には積極的にとってほしいですね！



6月の行事

8日(月) 誕生会
 9日(火) お弁当の日

誕生者リクエストメニュー【6/8(月) 実施予定】

パン・鶏のから揚げ・マカロニサラダ・コーンスープ
 おやつ・プリン



「ししゃものパリパリ揚げ」

(27日実施予定)

- 材料(3人分)
- ししゃも…6尾
 - 春巻きの皮…3枚
 - じゃがいも…1ヶ(80g)
 - プロセスチーズ…25g
 - 大葉…3枚
 - 揚げ油
 - 小麦粉+水(A)
- 作り方
- ①春巻きの皮は半分にする。じゃがいもはせんり、チーズ、大葉も半に切る。
 - ②春巻きの皮に大葉、じゃがいも、チーズ、しゃもを順にのせて棒に巻き、巻き終わりにをぬってとめる。
 - ③170℃の油で、こんりと揚げて完成！



令和8年度 6月 給食献立表 大野保育園



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前おやつ	1 ビスコ 牛乳	2 パナナチップス 牛乳	3 ヨーグルト	4 かりんとう 牛乳	5 せんべい 牛乳	6
昼食	麦ご飯 鮭の塩焼き ひじきのミルキーサラダ きのこの味噌汁	麦ご飯 揚げ出し豆腐野菜あんかけ ナスの味噌汁	麦ご飯 ふりかけ ミートソーススパゲティ 野菜スープ	麦ご飯 肉そぼろ サラ玉かき揚げ じゃがいもの味噌汁	麦ご飯 鶏の照り焼き ごぼうサラダ すまし汁	焼きそば くだもの
午後おやつ	チーズ くだもの	フライドポテト	きな粉蒸しパン 牛乳	クラッカーサンド	パン 牛乳	
午前おやつ	8 いりこ 牛乳	9 チーズ 牛乳	10 プリン	11 魚肉ソーセージ	12 パナナチップス 牛乳	13
昼食	誕生会 パン 鶏のから揚げ マカロニサラダ コーンスープ 果物	おべんとう	麦ご飯 肉そうめん 手作りふりかけ わかめの味噌汁	麦ご飯 肉じゃが すまし汁 くだもの	麦ご飯 車麩のから揚げ ワカメの酢の物 もやしの味噌汁	炊き込みご飯 野菜の味噌汁
午後おやつ	プリン 牛乳	パン 牛乳	ピザトースト	紫陽花ゼリー	あんパン 牛乳	
午前おやつ	15 ビスコ 牛乳	16 ポーロ 牛乳	17 くだものゼリー	18 カステラ 牛乳	19 せんべい 牛乳	20
昼食	麦ご飯 チキンカレー フルーツサラダ	麦ご飯 豚肉と野菜のレモン焼き オニオンフライ 豆乳スープ	麦ご飯 とり天 おかか和え なめこの味噌汁	麦ご飯 魚のピザ焼き 青菜のゴマ和え 玉ねぎの味噌汁	麦ご飯 厚揚げの味噌煮 すまし汁	サンドイッチ 野菜スープ
午後おやつ	パン 牛乳	煮干しごまチップ	芋ぜんざい	パイ饅頭 牛乳	お菓子 牛乳	
午前おやつ	22 ウエハース 牛乳	23 かりんとう 牛乳	24 チーズ 牛乳	25 クッキー 牛乳	26 いりこ 牛乳	27
昼食	麦ご飯 中華炒め 揚げ餃子 お麩の味噌汁	麦ご飯 豆腐とツナのハンバーグ 温野菜 わかめスープ	麦ご飯 ポテトオムレツ きゅうりの中華和え もずくスープ	麦ご飯 田舎風煮 豆腐の味噌汁	麦ご飯 ししゃものパリパリ揚げ きゅうりの中華和え キノコの味噌汁	ナポリタン 野菜スティック
午後おやつ	くだもの チーズ	黒糖ラスク 牛乳	パナナ蒸しパン 牛乳	グリッシーニ 牛乳	アイスクリーム	
午前おやつ	29 せんべい 牛乳	30 ポーロ 牛乳				
昼食	麦ご飯 納豆 チンジャオロースー ごちそう味噌汁	麦ご飯 キャベツオムレツ トマトの胡麻だれ オクラ中華スープ				
午後おやつ	パン 牛乳	小豆ごはん				

※午前おやつは3歳未満児のみです。 ※都合により、献立が変更になることがありますので、ご了承ください。



