



6月の献立表

令和4年度 蛸ノ浦保育園

	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
			1日	2日	3日	4日
9時			せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	
昼食			なめこ汁 鮭のムニエル きんぴらごぼう フルーツ	わかめスープ 肉豆腐 ポテトサラダ フルーツ	クリームシチュー 野菜サラダ 煮卵 フルーツ	おにぎり スープ
15時			ふかし芋 牛乳	きなこ揚げパン 牛乳	せんべい 牛乳	
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
9時	あられ 牛乳	フルーツ 牛乳	せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	
昼食	けんちん汁 回鍋肉 わかめとコーンの和え物 フルーツ	みそ汁 すきやき風煮 スパゲッティサラダ フルーツミックス フルーツ	コンソメスープ がんもと昆布の煮物 ひじきサラダ フルーツ	みそ汁 たらフライ 線キャベツ フルーツ	筍とかいわれのスープ 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物 フルーツ	
15時	ビスケット 牛乳	ドーナツ 牛乳	スイートポテト 牛乳	蒸しパン 牛乳	せんべい 牛乳	
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
9時	あられ 牛乳	フルーツ 牛乳	せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	
昼食	スープヌードル つくね煮 大根となめたけの煮物 フルーツ	みそ汁 だし巻き卵 春雨サラダ フルーツ	むらくもスープ 大根と豚肉の煮物 マカロニサラダ フルーツ	みそ汁 千キンカツ きゅうりの中華和え フルーツ	卵スープ マーボー豆腐 浅漬け 味付けのり フルーツ	参観日 焼きうどん
15時	フルーツポンチ 牛乳	ホットドッグ 牛乳	ビスケット 牛乳	しょうゆ団子 牛乳	せんべい 牛乳	
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
9時	あられ 牛乳	フルーツ 牛乳	せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	
昼食	豚汁 しょうまい キャベツのツナ和え フルーツ	ポトフ 入り豆腐 マカロニのケチャップ炒め フルーツ	みそ汁 ソーセージフライ フロッキー フルーツ	春雨スープ 肉じゃが わかめの酢の物 フルーツ	誕生会	
15時	ビスケット 牛乳	バウンドケーキ 牛乳	フルーツヨーグルト 麦茶	アメリカンドッグ 牛乳	ケーキ ジュース	
	27日	28日	29日	30日		
9時	あられ 牛乳	フルーツ 牛乳	せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳		
昼食	みそ汁 豚肉の生姜焼き 野菜炒め フルーツ	ひつみ汁 親子煮 ジャーマンポテト フルーツ	五目スープ さばの味噌煮 小松菜のソテー フルーツ	みそ汁 はんぺんのはさみ揚げ 春雨サラダ フルーツ		
15時	手作りクッキー 牛乳	ジャムサンド 牛乳	フライドポテト 牛乳	オムレット 牛乳		

☆お弁当のいない日・・・24日(金曜日) お箸は忘れずに持ってきてください。

☆土曜保育に登園する際は、お箸を持ってきてください。(さくら組)

☆参観日の日はお箸を持ってきてください。(さくら組)

☆都合により献立が変更になる事があります。ご了承ください。

梅雨時は食中毒に注意

梅雨はくもりや雨の多い期間のことで、北海道や小笠原諸島以外の地域で、6月から7月にかけてその時期を迎えます。漢字が表すように、梅の実が熟する時期でもあります。気温が高くなり湿気が多くなるので、カビや細菌による食中毒に注意しましょう。



子どもと一緒に食べものクイズ

Q 食べものがうんちとして体の外に出るまでの時間は?

- ①6時間 ②12時間 ③24時間

A 正解は③。
食べてからうんちが出るまでには24時間から72時間かかります。食べたものは胃や小腸で消化・吸収され、消化しきれなかったものがうんちになります。

