



令和5年度  
給食ニュース6月号  
翠松保育園

翠松保育園では、毎日手作りおやつを提供しています。  
詳しくは献立表をご覧ください。

21日(水)誕生会

『おおきなかぶ』ランチ

- ・おおきなかぶごはん
- ・ドライカレー
- ・コーン ・ブロッコリー
- ・型抜きにんじん
- ・ミニハンバーグ
- ・野菜スープ
- ・フルーツポンチ



★3歳以上児も主食はいりません。

6月 食育のねらい

つぼみ たんぼぼ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しい雰囲気の中で食事をする。</li> <li>・よく噛んで、こぼさないで食べようとする。</li> </ul>
はな たんぼぼ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しんで食事をし、様々な食べ物を進んで食べる。</li> <li>・保育士等の言葉掛けによって、食事に必要な態度や習慣を身に付けようとする。</li> </ul>
つぼみ ゆり	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食事のマナーに気を付ける。</li> <li>・野菜の生長に興味を持つ。</li> </ul>
はなゆり	<ul style="list-style-type: none"> <li>・マナーに気を付けながら、楽しく食事をする。</li> <li>・野菜の生長に興味を持つ。</li> </ul>

ゆりさん 野菜の苗を植えました

ゆりさんが『ひらせいホームセンター』へ野菜の苗を買に行きました。これからの生長が楽しみです！

くはなゆりさん>

トマト、きゅうり、とうもろこし、オクラ、かぼちゃ



くつぼみゆりさん>

トマト、ピーマン、ズッキーニ、枝豆



はなゆりさん 田植えをしました

グループに分かれて、はなゆりさんみんなで田植えをしました。美味しいお米ができるかな？



看板もみんなで  
作りました！



窒息事故の防止について

乳幼児は臼歯(奥歯)がなく食べ物を噛んですりつぶすことができない為、窒息が起こりやすいと言われています。園では歯の発達、摂食機能の発達を見ながら、飲み込んだことを必ず確認する等、一人ひとりに合った援助と、形状や大きさに留意した給食の提供をしております。

6月の手作りおやつ		
1	木	ポテトパン
2	金	きな粉マカロニ
3	土	おにぎり
4	日	
5	月	きな粉蒸しパン
6	火	おにぎり
7	水	もものカップケーキ
8	木	コーンマヨパン
9	金	こめこめチュロス
10	土	おにぎり
11	日	
12	月	ごませんべい
13	火	五平もち
14	水	米粉ドーナツ
15	木	おだんごパン(ミルクパン)
16	金	ゼリー、非常食
17	土	おにぎり
18	日	
19	月	もちもちパン
20	火	サンドおにぎり
21	水	レモンケーキ
22	木	レーズンパン
23	金	ういろう
24	土	おにぎり
25	日	
26	月	ごまかりんとう
27	火	おにぎり
28	水	小倉ケーキ
29	木	チーズパン
30	金	ケーキサレ

牛乳、スキムミルク、お茶  
などの飲み物がつきます。



6 こんだて		あかのなかま	みどりのなかま	きいろのなかま	その他調味料	製松保育園 手作りおやつ	
1	木	ユーリンチー 油淋鶏・ポイル野菜・みそ汁・ <b>果物</b>	鶏肉・油揚げ・みそ	しょうが・長ねぎ・キャベツ・人参・もやし・小松菜	片栗粉・油・砂糖・ごま油・じゃがいも	酢・しょうゆ・だし汁	ポテトパン
2	金	炒り豆腐・ほうれん草のツナマヨあえ・ <b>果物</b> ・みそ汁	豆腐・鶏むね肉・ひじき・ちくわ・ツナ缶	干しいたけ・玉ねぎ・人参・小松菜・ほうれん草・もやし・ホールコーン缶・果物	こんにゃく・油・砂糖・マヨネーズ	しょうゆ・塩・だし汁	きな粉マカロニ
3	土	坦マスープ・ <b>果物</b>	3歳以上児は、主食を持ってきてください。				おにぎり
5	月	カレー・アスパラ入りコールスローサラダ・ <b>果物</b>	豚肉・ロースハム	玉ねぎ・人参・アスパラガス・キャベツ・きゅうり・ホールコーン缶・果物	じゃがいも・油・マヨネーズ	カレールフ・トマトケチャップ・酢・塩	きな粉蒸しパン
6	火	魚の照り焼き（鮭）・ほうれん草のごまあえ・野菜汁・ <b>果物</b>	魚・油揚げ	ほうれん草・人参・キャベツ・ごぼう・えのきたけ・長ねぎ	砂糖・ごま	しょうゆ・みりん・酒・塩・だし汁	おにぎり
7	水	ジャージャー麺・わかめスープ・焼きのり・ <b>果物</b>	豚ひき肉・みそ・わかめ・焼きのり	長ねぎ・たけのこ水煮・干しいたけ・にんにく・しょうが・きゅうり・トマト・もやし・玉ねぎ・人参	乾麺（中華麺）・油・砂糖・片栗粉・ごま油	しょうゆ・鶏がらスープ（コンソメ）・酒・塩	ももの カップケーキ
8	木	豚肉のしょうが焼き・粉ふきいも・かき卵コーンスープ・ <b>果物</b>	豚肉・青のり・鶏卵	しょうが・玉ねぎ・ピーマン・人参・クリームコーン缶・ホールコーン缶・チンゲン菜	油・じゃがいも・片栗粉	酒・しょうゆ・みりん・塩・鶏がらスープ（コンソメ）	コーンマヨパン
9	金	豆腐だんご・キャベツのおかがあえ・みそ汁・ <b>果物</b>	豆腐・ツナ缶・ひじき・かつお節・わかめ・みそ	長ねぎ・人参・キャベツ・もやし・小松菜・えのきたけ	片栗粉・油・じゃがいも	塩・しょうゆ・だし汁	こめこめ チュロス
10	土	ハヤシシチュー・ <b>果物</b>	3歳以上児は、主食を持ってきてください。				おにぎり
12	月	豆腐の中華煮・ひじきサラダ・ <b>果物</b> ・みそ汁	豚肉・かまぼこ・豆腐・ひじき・ツナ缶	しょうが・人参・玉ねぎ・白ネ・干しいたけ・チンゲン菜・ほうれん草・ホールコーン缶・果物	油・片栗粉・ごま油・マヨネーズ	鶏がらスープ（コンソメ）・塩・しょうゆ	ごませんべい
13	火	魚の南蛮漬け（サバ）・豚汁・ <b>果物</b>	魚・豚肉・みそ	玉ねぎ・人参・きゅうり・大根・小松菜・果物	片栗粉・油・砂糖・ごま油・しらすかき	だし汁・酢・しょうゆ	五平もち
14	水	厚揚げと野菜のみそ炒め煮・春雨スープ・ <b>果物</b>	豚肉・厚揚げ・みそ	ピーマン・キャベツ・人参・たけのこ水煮・干しいたけ・チンゲン菜・長ねぎ・果物	油・砂糖・片栗粉・春雨・ごま油	酒・しょうゆ・鶏がらスープ（コンソメ）・塩	米粉ドーナツ
15	木	肉じゃが・切干大根とツナのあえもの・ <b>果物</b> ・みそ汁	豚肉・ツナ缶	玉ねぎ・人参・さいりげん・切干大根・きゅうり・果物	じゃがいも・しらすかき・油・砂糖・ごま油	しょうゆ・みりん・だし汁・酢	おだんごパン （ミルクパン）
16	金	千草焼き・きゅうり漬け・みそ汁・ごまふりかけ・ <b>果物</b>	鶏卵・ひじき・豚ひき肉・油揚げ・みそ	人参・干しいたけ・きゅうり・小松菜・玉ねぎ	砂糖・油・じゃがいも・ごま	塩・しょうゆ・だし汁	ゼリー 非常食
17	土	スープカレー・ <b>果物</b>	3歳以上児は、主食を持ってきてください。				おにぎり
19	月	《食育の日》 冷しゃぶと夏野菜の盛り合わせ・みそ汁・焼きのり・ <b>果物</b>	豚肉・わかめ・油揚げ・みそ・焼きのり	レタス・もやし・きゅうり・人参・トマト・大根・小松菜	砂糖・マヨネーズ・ごま・じゃがいも	酢・しょうゆ・だし汁	もちもちパン
20	火	魚の塩麹漬け焼き（赤魚）・小松菜の磯香あえ・みそ汁・ <b>果物</b>	魚・焼きのり・豆腐・みそ	小松菜・もやし・キャベツ・人参・果物		塩麹・しょうゆ・だし汁	サンドおにぎり
21	水	誕生会 『おおきなかぶ』ランチ	3歳以上児も、主食はいりません。				レモンケーキ
22	木	親子煮・もやしとツナのサラダ・ <b>果物</b> ・みそ汁	鶏肉・鶏卵・ツナ缶	玉ねぎ・人参・干しいたけ・小松菜・もやし・きゅうり・ホールコーン缶・果物	じゃがいも・しらすかき・重糖・油・砂糖・マヨネーズ・ごま	しょうゆ・塩・だし汁	レーズンパン
23	金	ちくわのカレー揚げ・三色ひたし・かしわ汁・ <b>果物</b>	ちくわ・鶏肉	ほうれん草・もやし・人参・大根・長ねぎ	小麦粉・油・じゃがいも	カレー粉・しょうゆ・塩・だし汁	ういろろ
24	土	サンラータン・ <b>果物</b>	3歳以上児は、主食を持ってきてください。				おにぎり
26	月	ピピンパ・チンゲン菜とわかめのスープ・ <b>果物</b>	豚ひき肉・わかめ・豆腐	ぜんまい水煮・干しいたけ・にんにく・ほうれん草・もやし・人参・チンゲン菜・玉ねぎ・ホールコーン缶・果物	ごま油・砂糖・ごま	しょうゆ・塩・鶏がらスープ（コンソメ）	ごまかりんとう
27	火	焼き魚（サバ）・ひじきの炒り煮・みそ汁・ <b>果物</b>	魚・ひじき・さつま揚げ・油揚げ・みそ	ごぼう・人参・干しいたけ・さやえんどう・キャベツ・小松菜	しらすかき・油・砂糖・じゃがいも	塩・しょうゆ・みりん・だし汁	おにぎり
28	水	鶏肉のマーメレード焼き・マカロニサラダ・夏野菜スープ・ <b>果物</b>	鶏肉・ロースハム	しょうが・にんにく・きゅうり・人参・ホールコーン缶・キャベツ・玉ねぎ・トマト・さいりげん	マーメレード・マカロニ・マヨネーズ	しょうゆ・酒・鶏がらスープ（コンソメ）・塩	小倉ケーキ
29	木	じゃがいもとなすの鶏みそ田楽・すまし汁・ごまふりかけ・ <b>果物</b>	鶏ひき肉・みそ・豆腐・かまぼこ・わかめ	なす・人参・玉ねぎ・しょうが・小松菜	じゃがいも・油・砂糖・片栗粉・ごま	みりん・しょうゆ・塩・だし汁	チーズパン
30	金	麻婆豆腐・華風あえ・ <b>果物</b>	豆腐・豚ひき肉・みそ・ロースハム	しょうが・にんにく・人参・干しいたけ・長ねぎ・にら・きゅうり・もやし・果物	油・砂糖・片栗粉・ごま油・春雨・ごま	しょうゆ・酢	ケーキサレ

\*献立内容を変更する場合があります。

★赤字は製松保育園の追加メニューです。

# 給食だより

令和5年度

**お口の健康を意識しよう！  
『歯と口の健康週間』**

6月4日から10日は、「歯と口の健康週間」です。

よく噛んで食べることや、子どもの頃から歯みがきの習慣を身につけることは、大人になってからのお口の健康へとつながります。

給食では、根菜類や乾物などの噛みごたえのある食材を取り入れ、子どもたちによく噛むことの意識付けができるよう工夫しています。

**噛む回数めやすはひと口30回です。  
よく噛んでゆっくり食べることを心がけましょう**

**〇家庭でもできる食中毒予防の3原則〇**  
毎日の楽しい食事のために、気を付けたいのが食中毒。食中毒予防の基本は、食中毒の原因になる細菌やウイルスを「つけない・やっつける・増やさない」ことです。食事を作る時は、このポイントを意識してみましょう。

- 手をしっかり洗う ・清潔な調理道具を使う。
- 包丁やまな板は肉、魚、野菜で分けるとよい。（できないときは、野菜や果物など生で食べるものを先に切る。）

つけない

増やさない

やっつける

〇原則の土台  
品質のいい食材を選ぶ

**食中毒予防の3原則**

- ・中心部までしっかり加熱する。
- ・生で食べる野菜や果物はよく洗う。

**6月は「食育月間」**  
食は、健全な心身と豊かな人間性を育む上で重要です。国は「食育」を推進するため、6月を『食育月間』、毎月19日を『食育の日』と定めています。園でも、毎月19日を『食育の日』とし、旬の食材や地域の郷土料理を取り入れた給食を提供しています。

今月の『食育の日』には、間もなく旬を迎える夏野菜を使った「冷しゃぶと夏野菜の盛り合わせ」を提供します。お肉と一緒に野菜もおいしくいただきます！