



# 6月予定献立表



＜令和6年＞  
大崎保育園

日	曜日	献立	10時	3時おやつ	食育
1	土	豚丼・キャベツスープ・オレンジ	クラッカー りんご	ぱりんこ バナナ	
3	月	ご飯・鶏肉のマーマレード煮・春雨サラダ・すまし汁・りんご	ウエハース オレンジ	じゃがもちーず	
4	火	麦ご飯・ポークチャップ・切干大根煮・みそ汁・ぶどうゼリー	ビスケット りんご	人参チュロス	
5	水	ご飯・さばの味噌煮・キャベツの納豆和え・かき玉汁・バナナ	チーズトースト	りんごのマフィン	
6	木	きつねうどん・かき揚げ・ほうれん草のサラダ・オレンジ	ビスコ バナナ	ゆかりチーズおにぎり	
7	金	きな粉ご飯・タンドリーチキン・きゅうりのおかか和え・せん切り野菜のスープ りんご	シガーフライ	お好み焼き	
8	土	ハヤシライス・ブロッコリーサラダ・オレンジ	ポーロ りんご	ビスケット バナナ	
10	月	わかめご飯・肉じゃが・チンゲン菜のお浸し・春雨スープ・りんご	スティックパン	チーズ饅頭	
11	火	チーズパン(0~2歳)チョコパン(3上)・☆ミルフィーユ豚カツ・キャベツのゆかり 和え・トマト入りスープ・ヨーグルト	ビスケット りんご	みるく餅	
12	水	ミートソーススパゲティ・ごまドレサラダ・0~3歳切れてるチーズ 4歳以上スティックチーズ・オレンジ	さつま芋の甘煮	マーブルケーキ	水分補給について (きりん)
13	木	ご飯・さわらの照り焼き・小松菜のベーコン煮・中華スープ・バナナ	シガーフライ	マシュマロサンド	水分補給について (ぞう)
14	金	コーンご飯・胸肉の塩麴唐揚げ・☆ほうれん草のなめたけ和え・すまし汁・りんご	ウエハース バナナ	ローズクッキー	水分補給について (らいおん)
15	土	鶏南蛮うどん・レタスサラダ・オレンジ	クラッカー りんご	ビスコ バナナ	
17	月	ご飯・手羽元のすっぱ煮・ほうれん草のナムル・みそ汁・バナナ	シガーフライ	さつま芋スティック	
18	火	ご飯・魚粉ふりかけ・豚肉の生姜焼き・きゅうりのごま酢和え・すまし汁・オレンジ	バナナチップ	ふのラスク	
19	水	ちゃんぽん麺・鮭の幽庵焼き風・粉吹き芋・りんごゼリー	ビスコ オレンジ	いなり寿司	
20	木	＜誕生会＞ゆかりご飯・チューリップ唐揚げ・海藻サラダ・スパンテー 豆乳スープ・オレンジ	ウエハース りんご	メロンのケーキ	
21	金	納豆ご飯・ホイコーロー・かみかみサラダ・けんちん汁・バナナ	きな粉マカロニ	ココア蒸しパン	
22	土	牛丼・わかめスープ・オレンジ	ポーロ りんご	白い風船 バナナ	
24	月	ご飯・さばの塩焼き・マカロニサラダ・きのこスープ・ヨーグルト	ビスケット オレンジ	生どら焼き	じゃが芋のバター焼き (随時)
25	火	ご飯・ふりかけ・豚バラ大根・ブロッコリーのポン酢和え・みそ汁・りんご	シガーフライ	フライドポテト	玉ねぎ料理(随時)
26	水	＜収穫祭＞カレーライス・かぼちゃサラダ・0~3歳 切れてるチーズ 4~5歳 スティックチーズ・オレンジ	ポーロ りんご	ミルクココアゼリー	
27	木	＜弁当の日＞	いちごジャムトースト	ちんすこう	
28	金	＜おにぎりパーティ＞ご飯(0.1歳鮭フレーク・ふりかけ)(2歳鮭フレーク・昆布佃煮)おにぎり(3上 はちみつ梅・鮭フレーク・昆布佃煮)・フィッシュカツ・ひじきの中華和え・すまし汁・バナナ	ビスコ オレンジ	人参パンケーキ	
29	土	そばろ丼・もやしスープ・オレンジ	クラッカー りんご	星たべよ バナナ	

虫歯予防デー



## 6月4~10日はむし歯予防週間です



### よくかむとどうしていいの？

①食べ物のおいしさを感じます。



②消化を助けます。



③唾液に含まれるホルモンが頭の働きをよくします。



④歯やあごの骨を育てます。



⑤言葉の発音をはっきりするようになります。



### かまなくても味がわかる加工食品に注意

レトルト食品、カップ麺、スナック菓子などは味が濃く、旨味調味料が添加され、かまなくても口の中に味が広がります。このような加工食品に慣れてしまうと、かまない習慣が身に付き野菜などいろいろなものが食べられなくなってしまいます。

