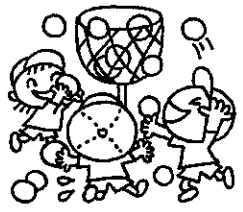
給食だより

旭ヶ丘こども園　　令和7年

【離乳食】

月	火	水	木	金	土
2 おかゆ 鶏肉とかぼちゃの煮物 ほうれん草の煮浸し みそ汁 野菜ジュース 麦茶 おかゆ	3 おかゆ 鶏肉ときゅうりの煮物 さつま芋の甘煮 うどんのくたくた煮 りんごジュース 麦茶 おかゆ	4 おかゆ ほっけのしょうゆ麹焼き ブロッコリーと人参の煮物 みそ汁 甘酒 麦茶 おかゆ	5 おかゆ 鶏じゃが煮 ほうれん草の煮浸し スープ 野菜ジュース 麦茶 おかゆ	6 おかゆ 鶏玉煮 キャベツの煮浸し スープ 甘酒 麦茶 おかゆ	7 おかゆ 鮭のみそ煮 ブロッコリーと人参の煮物 みそ汁 りんごジュース 麦茶 おかゆ
9 おかゆ たまねぎのそぼろあん さつま芋の煮物 みそ汁 野菜ジュース 麦茶 おかゆ	10 おかゆ じゃが芋のそぼろあん ブロッコリーの煮物 そうめんのくたくた煮 りんごジュース 麦茶 おかゆ	11 おかゆ カレイのおろし煮 お麸とレタスの煮物 みそ汁 甘酒 麦茶 おかゆ	12 おかゆ 鶏肉と白菜の煮物 大根としいたけの煮物 スープ 野菜ジュース 麦茶 おかゆ	13 おかゆ の麸ときゅうりのツナ 考 キャベツの煮浸し スープ 甘酒 麦茶 おかゆ	14 おかゆ 鶏野菜の塩こうじ煮 かぼちゃの甘煮 みそ汁 りんごジュース 麦茶 おかゆ
16 おかゆ 鶏肉と人参の甘煮 ほうれん草の煮浸し みそ汁 野菜ジュース 麦茶 おかゆ	17 おかゆ 鶏肉とキャベツの煮物 さつま芋の甘煮 うどんのくたくた煮 りんごジュース 麦茶 おかゆ	18 おかゆ 鮭のしょうゆ糀煮 かぼちゃの甘煮 スープ 甘酒 麦茶 おかゆ	19 おかゆ 鶏肉と青菜の煮物 根菜の納豆煮 スープ 野菜ジュース 麦茶 おかゆ	20 おかゆ 鶏肉のくず煮 キャベ玉煮 スープ 甘酒 麦茶 おかゆ	21 おかゆ ほっけの煮つけ ブロッコリーの煮物 みそ汁 りんごジュース 麦茶 おかゆ
23 おかゆ 玉ねぎのそぼろあん さつま芋の煮物 みそ汁 りんごジュース 麦茶 おかゆ	24 おかゆ お麸のそぼろあん かぼちゃの甘煮 そうめんのくたくた煮 野菜ジュース 麦茶 おかゆ	25 おかゆ カレイの煮つけ レタスときゅうりの煮物 みそ汁 甘酒 麦茶 おかゆ	26 おかゆ 鶏玉煮 きゅうりと人参のツナ煮 スープ 野菜ジュース 麦茶 おかゆ	27 おかゆ 鶏玉煮 キャベツの煮浸し スープ りんごジュース 麦茶 おかゆ	28　運動会 
30 おかゆ 鶏肉と人参の甘煮 ほうれん草の煮浸し みそ汁 野菜ジュース 麦茶 おかゆ	予定献立 10時のおやつ（未満児） 3時のおやつ	◎毎日果物がつきます。 ◎離乳食は個人の月齢、発達状況、体調に応じて調理しています。 ◎午後のおやつは、日替わりで野菜入りおかゆになります。			

食中毒

6月は気温・湿度が高くなり、食中毒が増える時季です。予防に大切なのは手洗いとうがいです。石けんを付けて、ていねいに洗いましょう。お弁当のおかずは火を通し、おにぎりはラップを使って握ると衛生的です。蒸れると細菌が増えやすいので、ごはんやおかずはよく冷ましてからフタをしましょう。

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」

歯が弱ると食べることがむずかしくなり、充分な栄養をとることができなくなります。歯の健康を保つためにも、食事のあとの歯みがきは大切です。食後の歯みがきの時間を子どもと一緒にとり、習慣づけができるといいですね。