

# 6月の給食メニュー



## 今月の給食目標

- ・手洗いを丁寧にしよう
- ・よく噛んで食べよう



令和6年 6月  
三玉保育園 給食室



6月	月	火	水	木	金	土
朝おやつ						1 ボーロ牛乳
副食						ドライカレー コンソメスープ
おやつ						
	3	4	5	6	7	8
朝おやつ	クッキー牛乳	せんべい牛乳	クラッカー牛乳	ビスケット牛乳	サブレ牛乳	ウエハース牛乳
副食	魚のフライ ビーフン汁 コーンサラダ *フルーツ	れんこんハンバーグ お吸い物 甘酢和え *キャンディーチーズ	豆腐のミートグラタン コンソメスープ マセドアンサラダ *ひきわり納豆	五目卵焼き 味噌汁 ごま和え *フルーツ	魚のコーンマヨ焼き 豆腐汁 ナムル *フルーツ	そぼろご飯 豆腐汁
おやつ	チーズマフィン ミルク	ポパイクッキー ミルク	小豆カステラ 牛乳	バナナフリッター ミルク	自分でジャムサンド 牛乳	
	10	11	12	13	14	15
朝おやつ	ボーロ牛乳	ビスケット牛乳	ウエハース牛乳	せんべい牛乳	クッキー牛乳	クラッカー牛乳
副食	はんぺんのチーズフライ フンタンスープ 納豆和え *フルーツ	五目ひじき煮 豚汁 ししゃも フルーツ *キャンディーチーズ	お弁当の日	誕生会 ♪お楽しみに♪	魚のあんかけ お吸い物 ごまじゃこサラダ *ひきわり納豆	パン フルーツ 牛乳
おやつ	じゃがチーズおやき 玄米茶	麩のクッキー ミルク	あじさいゼリー からいりいりこ	誕生ケーキ 牛乳	小松菜の蒸しパン ミルク	
	17	18	19	20	21	22
朝おやつ	あられ牛乳	サブレ牛乳	ボーロ牛乳	ウエハース牛乳	せんべい牛乳	ビスケット牛乳
副食	魚と野菜の煮つけ 豆腐汁 フルーツ *ひきわり納豆	肉じゃが 手作りふりかけ 酢の物 フルーツ *豆腐汁	豆腐とひじきのつくね揚げ 春雨スープ ピーナッツ和え *フルーツ	魚のピザ焼き お吸い物 春雨サラダ *ひきわり納豆	コロック 味噌汁 ドレッシングサラダ *フルーツ	タコライス コンソメスープ
おやつ	丸ボーロ ミルク	味噌まんじゅう 牛乳	手作りチョコパン ミルク	バナナケーキ ミルク	ヨーグルト かみかみ昆布	
	24	25	26	27	28	29
朝おやつ	せんべい牛乳	クラッカー牛乳	ビスケット牛乳	あられ牛乳	ボーロ牛乳	クッキー牛乳
副食	五目ビーフン炒め レバーの甘辛煮 フルーツ *野菜スープ	魚のオランダ揚げ 味噌汁 伴三系 *ひきわり納豆	チキンカレー スパゲティサラダ フルーツ *豆腐汁	高野豆腐の卵とし ごぼうサラダ フルーツ *コンソメスープ	鮭のバター醤油焼き コンソメスープ かみかみサラダ *ひきわり納豆	ピラフ わかめスープ
おやつ	スコーン ミルク	チョコレートムース からいりいりこ	アメリカンドック 牛乳	あべかわうどん ミルク	揚げパン ミルク	

\*は未満児添加分

食事の前に、必ず『正しい手洗い』をしましょう！

あつという間に季節は梅雨に移り変わります。  
この時期は、気温・湿度ともに高くなり、体調を崩しやすくなります。  
さらに、細菌等の繁殖時期でもあり食中毒には特に注意が必要です。まずは、その予防として『正しい手洗い』から始めましょう。  
正しい手洗いとは、石鹸を使って手の平だけでなく、手の甲・指・手首まできちんと洗うことです。食事前などにご家庭でも習慣づけ、手をいつも清潔にしておきましょう。  
給食室でも、普段以上に衛生面に気をつけて給食を提供していきます。お弁当は、冷めてから蓋を閉めるようにし、温かいうちは蓋をしないようにお願いします。



給食の時間や食育タイムを通して、食事のマナーについて子ども達に伝えていこうと思います。毎日楽しく、みんな気持ちよく食事ができるようにご家庭でのご指導もよろしくお願いいたします。



## 食育タイム



毎月、食育タイムを行っています。  
食育タイムでは、野菜の名前を覚えたり、正しいお箸の持ち方の練習を行ったり、食事のマナーについて考えたりしています。

食事のマナーは、【一緒に食事をする人が不快な思いをせず、気持ちよく楽しく食事ができるようにという気配り】や、【食事や食材を作ってくれた人への感謝の気持ちを持つこと】が大切です。

- ① 正しい位置に食器を並べる  
お茶碗（ご飯）は左、お椀（汁もの）は右
- ② 食事のあいさつ  
食べる前は「いただきます」  
食べた後は「ごちそうさまでした」
- ③ 姿勢を良くして食べる  
肘をつかない・背中を伸ばす・両足を床につける など
- ④ 正しく食器・箸を持つ  
食器→親指以外の4本の指を食器の下に揃え、食器のふちを親指で軽く押さえるようにして持つ。  
箸 → 上の箸だけを動かし、箸の先を開くようにして使う。  
箸をくわえたり、食べ物突き刺したりしない
- ⑤ □の中に食べ物が入っているときはしゃべらない