



食育だより

令和6年6月1日発行 豊川こども園給食

あじさいが色づき始め、梅雨の気配を感じる季節になりました。この時期は気温と湿度が上がり、食欲も落ちやすくなります。こまめな水分補給をしバランスの良い食事で体力を維持しましょう。

また、この季節は食中毒の原因菌が繁殖しやすくなります。手洗いをしっかり行い、食品の取り扱いにも充分に気をつけて元気に過ごしましょう。

さくらんぼ組



あたらしいクラスにもなれ、みんなで食事のあいさつをし、ひとりで食事ができるようになってきました。このころから、食べ物の好みもあらわれてきます。子どもたちの残食の量も減ってきて、おかわりもたくさんしてくれるようになりました。



今月はカレーの日に園で白ご飯を提供しました。梅組さんが自分でご飯をよそい温かいご飯にカレーをかけてもらいました。「おかわりください」の音がいつもより多くみんな大喜びでした。



5月の世界の料理はチリでした。チリコンカンは、ひき肉、玉ねぎを炒め、そこにパプリカや大豆、いんげん豆などを加え煮込んだ料理です。おやつはチレニートサンドでした。おいしい声をたくさんきくことができました。次回もお楽しみに！



6月のこんだて

月	火	水	木	金	土
6月の旬の野菜 アスパラ、トマト、なす、きゅうり、とうもろこし			今月の世界料理は「カナダ」です。 どんな料理もお楽しみに～☺		インディアンズバゲティ
親子汁 野菜のかき揚げ 果物 とうふわばん	魚の甘辛煮 マセドアンサラダ サニーレタス フロランタン・ミニゼリー	ポークチャップ スパソテー じゃこサラダ ミルクもち	☆梅組 デイキャンプ お弁当の日 ヨーグルト・お菓子	魚のカレーマヨ焼き 蓮根のきんぴら レタス パン	中華風うどん ミニゼリー お菓子
⑩ キーマカレーライス フルーツヨーグルト ※白ご飯いりません 黒糖蒸しパン	魚のごまだれ揚げ バンサンス レタス 緑黄色野菜のチヂミ	⑫ 牛肉と厚揚げうま煮 彩り卵焼き きゅうりの浅漬け しらすおにぎり	⑮ とり天 キャベツの磯和え ミニトマト あじさいゼリー	⑭ 魚のマヨ味噌焼き 切干大根サラダ サニーレタス ちぎりパン	⑬ 茄子のミートスパゲティ 果物 お菓子
⑦ 豚汁 レバーの唐揚げ 果物 カルシウムかりんとう	⑪ スパニッシュオムレツ スパソテー きゅうりのマリネ たこ焼き風おにぎり	⑯ 魚のかば焼き ひじきサラダ ミニトマト パン	⑲ 鶏肉のマーマレード焼き もやしサラダ とうもろこし フルーツの盛り合わせ	⑰ 鮭のメープル焼き ブーティン レタス・トマト スモア風クッキー	⑭ 焼きそば 棒チーズ お菓子
⑭ ポークカレーライス 福神漬け・果物 ※白ご飯いりません 豆乳ホットケーキ	⑮ まさご揚げ キャベツのごま和え トマト 果物・クッキー	⑮ 豚じゃが ソーセージソテー 枝豆 ヨーグルトジャムサンド	⑳ 魚の野菜ジュース煮 ポテトサラダ サニーレタス りんごゼリー・お菓子	㉑ 麻婆豆腐 レバーの生姜煮 中華風きゅうり コーン蒸しパン	㉒ 冷やしきつねうどん 果物 お菓子

※行事等により、献立を多少変更することがあります。