

6月の献立予定表

1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
カレーライス マカロニサラダ	ご飯 焼鮭 ひじきの煮物 麩の味噌汁	ご飯 鶏の唐揚げ 温野菜 わかめの味噌汁	ご飯 カレイのつけ焼き 高野豆腐の卵とじ じゃが芋の味噌汁	ウインナーパン ジャーマンオムレツ レタスサラダ 野菜スープ	お弁当日
マドレーヌ	水ようかん	ヨーグルト	シュガーパイ	鮭のおにぎり	クッキー
8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)
ご飯 鶏のケチャップソース ブロッコリーの和え物 豆腐の味噌汁	ご飯 鯖の竜田揚げ わかめの酢の物 えのきの味噌汁	ご飯 焼肉風炒め キャベツサラダ 大根の味噌汁	ご飯 豚肉の甘辛焼き きゅうりのかりかり漬け 玉葱の味噌汁	チーズパン 鮭マヨ トマトサラダ 人参のスープ	サンドイッチ ベイクドポテト コンソメスープ
ポテト-toast	りんごのパンケーキ	サーターアンダギー	いもチーズ	ゴマクッキー	ミニドーナツ
15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)
ご飯 ブリの照り焼き 青菜の白和え キャベツの味噌汁	ご飯 茄子と豚肉の味噌炒め キャベツのゴマ和え 油揚げの味噌汁	天津飯 春雨サラダ 小松菜の味噌汁	ご飯 肉じゃが きゅうりの酢の物 きのこの味噌汁	ロールパン 白身魚のフライ コールスロー 玉葱のスープ	親子丼 春キャベツのお浸し 人参の味噌汁
きな粉パン	小倉パイ	ジャムサンド	わらび餅(きなこクッキー)	麩のラスク	せんべい
22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
ご飯 鯖の煮付け ササミのゴマ酢和え 青菜の味噌汁	ご飯 焼きコロッケ コーンサラダ かぼちゃの味噌汁	ご飯 カレイのごま醤油 かぼちゃの煮物 豚汁	手作りハンバーガー フライドポテト スープ・ヤクルト	ご飯 鶏のオニオンソース ほうれん草のソテー 白菜の味噌汁	チャーハン レタスサラダ 中華スープ
おからぼーる	シューアイス(シュークリーム)	チョコチップクッキー(クッキー)	クレープ	あんこもち(きなこおにぎり)	バウムクーヘン
29(月)	30(火)				
ご飯 白身魚の野菜あんかけ ちくわの磯辺揚げ ほうれん草の味噌汁	ご飯 チンジャオロース グリル野菜 しめじの味噌汁				
ゴマスティック	ヨーグルト				

☆昼食時に果物(バナナ、オレンジ等)を出しています。

☆献立は都合により変更となることがあります。

☆()の中は0.1.2歳児さんに提供するおやつです。

☆給食だより☆

今月の目標【好き嫌いをなくそう】

緊急事態宣言などにより普段と違う生活になり、突然体調を崩してしまう子どももいます。
子どもの表情や食欲の変化に十分注意しながら、体調管理に気をつけていきましょう。

食べきれぬ量で苦手を克服!!

うまく咀嚼がいかなかったり、初めての食べ物に戸惑ったり、苦みを感じるなどで食べ物を嫌いになる子どもが多いようです。
最初は食べきれぬ量で食べきれたという達成感が次の食欲に繋がります。
また、1つのおかずばかり食べる「ばっかり食べ」ではなく、いろいろなおかずを順番に食べる「三角食べ」ができるようにご家庭でも声掛けをお願いします。

!!今月のおすすめレシピ!!

クレープ

【材料】

☆強力粉 …220g 牛乳 …400cc
☆砂糖 …大さじ2 バター …24g
☆塩 …小さじ2/1 卵 …2個

【作り方】

- ☆の材料を混ぜ合わせる。
- 1に牛乳を3回に分けてだまにならないようにしっかりと混ぜる。
- 溶かしバター、卵を入れ混ぜたら、冷蔵庫で30分ほど生地を寝かせる。
- 強火で丸くなるように焼く。
- お好みで生クリームやバナナをトッピングして完成。