



給食だより



令和7年度
都呂々保育園

今月の目標 「よく噛んで食べよう！」

噛むことは、学習して身に付くので、大きくなれば自然と身に付くものではありません。幼児期にしっかりと噛む習慣を身に付けましょう。

「噛まない」→あごが発達しない→歯並びや発音に影響→噛む機能が発達しない→「噛めない」といった悪循環に陥ります。

《毎日の食事で噛む力を育てましょう！》

食中毒に注意！！

これからの季節、気温や湿度が高くなり、カビや細菌が活発に動き出し、食中毒にも注意が必要です。

*お弁当箱、箸、水筒、おしぼり、シートは清潔にしましょう！

*主食のご飯は、粗熱が冷めてから蓋をしていただきますようお願いいたします。蓋が開きにくかったり、露をうって、菌も増殖しやすくなります。

食事の「時間」を大切に

起きる、寝る、食事など、毎日繰り返す行動の時間をなるべく同じにすることで子どもの生活リズムは整います。食事の時間になるとお腹がすく、健全な体づくりに繋がります。



～お知らせ～

・6/10(火)

あじさい寿司等を作ります。

3歳以上児のご飯は、いりません。



*○印は、3歳以上児の箸はいりません。

日	曜	副 食	朝の間食	間 食	日	曜	副 食	朝の間食	間 食
2	月	ミネストローネ、柑橘類 切干大根のサラダ	たべっ子どうぶつ	カルピスゼリー	18		サバの塩焼き 五色和え、柑橘類	蒸しパン	ばりんばりんせんべい
3	火	皿うどん、トマト きゅうりのゆかり和え	ホットケーキ	サ モ サ	19	木	ナポリタン、トマト ごぼうサラダ	ハーベスト	牛乳かん
4		れんこんつくねバーグ ナムル、柑橘類	人参スティック	かみかみココアクッキー	20	金	米粉シチュー、柑橘類 きゅうりの昆布和え	こつぶっこ	カエルパン
5	木	厚揚げの中華煮、トマト ごまネーズサラダ	巻のきな粉スナック	ジャムカップケーキ	21	土	焼きうどん、トマト ジャーマンポテト	クッキー	ロールケーキ
6	金	ハヤシライス、柑橘類 キャベツの酢の物	フルーチェ	スティックメロンパン	23	月	具だくさん味噌汁 ポテトサラダ、ちくわの磯辺揚げ	ビスコ	せんべい、バナナ
7	土	にゅう麺、柑橘類 きゅうりとトマトのツナ和え	せんべい	チョコ蒸しケーキ	24	火	冷やし中華、柑橘類 人参シリシリ	みかん缶	豆腐と黒ごまのマフィン
9	月	和風カレースープ ズッキーニの肉巻き、柑橘類	マカロニあべ川	お好み焼き	25		チキンチキンごぼう 小松菜和え、柑橘類	チーズトースト	プリン
10	火	あじさい寿司、チキンバー マカロニサラダ、吸物、トマト	アスパラガスバスケット	コーンフレーク	26	木	マーボー茄子 納豆サラダ、トマト	りんごコンポート	海苔ジャコおにぎり
11		鶏チリ、柑橘類 焼豚の中華和え	ガレット	クラッカーサンド	27	金	カレー、柑橘類 ドレッシング和え	きゅうりスティック	クラッカーサンド
12	木	コロケ、春雨の酢の物 コンソメスープ、トマト	バナナ	チョコチップクッキー	28	土	ジャコ混ぜご飯 ワカメスープ、トマト	ビスケット	メロンパン
13	金	親子うどん、柑橘類 ひじきサラダ	えびせん	あじさいゼリー	30	月	肉団子スープ、トマト ささみのごまドレサラダ	じゃがバター	フルーツヨーグルト
14	土	カレーピラフ ワカメスープ、柑橘類	ウエハース	パウムクーヘン					
16	月	タイピーエン、ウインナー きゅうりとささみの梅和え	粉ふき芋	ヨーグルト					
17	火	ごまから揚げ 酢の物、柑橘類	マンナ	ココバナナケーキ					

今月の共通献立は、
17日(火)「ごまから揚げ」です。