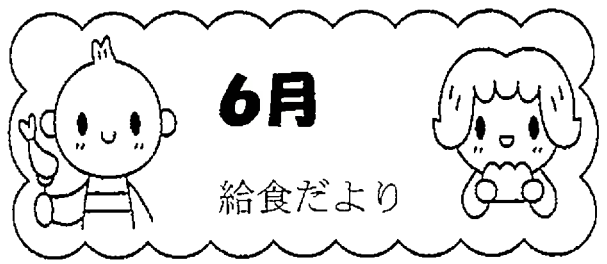


# 6月のメニュー



## 大在こども園

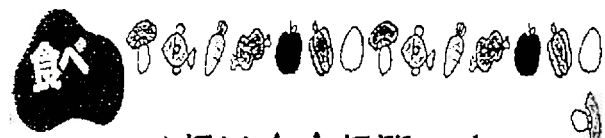
蒸し暑い日が増えてきました。この季節は食中毒の原因となる細菌が繁殖しやすい時期です。手洗いをしっかり行い、食品の取り扱いにも十分気をつけて元気に過ごしましょう。



### 6月の食育目標

好き嫌いをせず

なんでも食べよう



### 6月は食育月間です

「食育月間」は、豊かな人間性を育み、生きる力を身につけることを目標に設けられました。「朝ごはんは元気のもと」「食べ物がお腹に届くまで」を知り、「ごはんを作ってみよう」「いただきますで楽しい食卓」を実践してみましょう。また食に関わる絵本を読んだり、親子で料理を楽しんだり、6月にはぜひご家族でも、食に関心をもつための取り組みをしてみてくださいかでしょうか。

### ● 栄養士からの注意 ●

### 食中毒を引き起こす、さまざまな菌

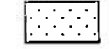
**【腸管出血性大腸菌 O157】**  
感染力が強く、少量の菌で感染してしまいます。溶血性尿毒症候群 (HUS) を引き起こすことがあって、潜伏期間が長く、また感染が周囲に広がる危険性もあります。  
【主な原因となる食品】 食肉、発芽野菜など

**【サルモネラ食中毒】**  
自然界に広く分布していて、身近な家畜やペットも菌を保有しています。低温や乾燥に強く、熱には弱いので、よく火を通すことが大切です。中毒になると、急性胃腸炎を起こしてしまいます。  
【主な原因となる食品】 食肉、卵など

**【腸炎ビブリオ食中毒】**  
海水や海中の泥に潜み、夏に集中発生します。熱に弱く、高温・低湿になると増殖が鈍ります。塩水が好きな一方、真水にはめっぽう弱いので、よく洗ってしっかり火を通しましょう。  
【主な原因となる食品】 魚貝類など

日	曜	主 調	メ ニ ュ ー	十時おやつ	三時おやつ
1	木	豆 焼	豆腐ハンバーグ 春雨サラダ キウイ	五穀クッキー	ぼたぼた焼き
2	金	豆 汁	ポークビーンズ おくらのごま和え バナナ	カリポテ スナック	人参マフィン
3	土		保 育 参 観 メ ニ ュ ー	あられ	
4	日				
5	月	魚 煮	魚と切り干し大根の煮付け 花畑サラダ 桃缶	えびせんべい	あんぱん
6	火	卵 焼	厚焼き卵の肉味噌ソースかけ 切昆布の当座煮 オレンジ	山芋スナック	バナナケーキ
7	水	豆 煮	厚揚げの中華風煮 春雨の酢の物 キウイ	小魚せんべい	ソファール
8	木	魚 焼	魚のトマトソースかけ 竹輪とひじきのサラダ メロン	きな粉 ウエハース	お米ボンバー
9	金	肉 茹	冷しゃぶのマリネ フライドポテト 桃缶	海藻せんべい	★チーズサブレ
10	土		スパゲティーミートソース ゆで卵 パン バナナ	のりもの ビスケット	雪の宿
11	日				
12	月	魚 煮	魚の煮付け ポテトサラダ ミニトマト パイン	人参せんべい	黒糖蒸しパン
13	火	肉 焼	中華風肉団子 南瓜の甘煮 バナナ	ごぼうスナック	オレンジゼリー
14	水	肉 煮	肉じゃが にら卵 ウィナー オレンジ	ほうれん草 せんべい	吉四六おにぎり
15	木	肉 炒	酢豚 スパゲティーサラダ キウイ	五穀クッキー	カスタードケーキ
16	金	卵 焼	チーズ入り卵焼き ひじきの炒め煮 メロン	カリポテ スナック	フルーツポンチ
17	土		鶏飯 味噌汁 桃缶	あられ	源氏パイ
18	日				
19	月	魚 焼	魚のマヨネーズ焼き 卵の花炒り煮 パイン	えびせんべい	豆乳もち
20	火	卵 焼	お豆のおムレツ 挽肉と野菜のチャブチェ 桃缶	山芋スナック	オレンジと チョコのマフィン
21	水	肉 炒	チンジャオロース マカロニサラダ すいか	小魚せんべい	豆腐の チーズケーキ
22	木	肉 炒	豚肉のマーマレード焼き ごまじゃこサラダ メロン	きな粉 ウエハース	ヤクルト・星たべよ
23	金	豆 炒	麻婆豆腐 ツナとわかめの酢の物 キウイ	海藻せんべい	プリン
24	土		焼きそば ゆで卵 パン バナナ	のりもの ビスケット	ムーンライト
25	日				
26	月	豆 煮	凍り豆腐のオランダ煮 野菜の梅肉和え パイン	人参せんべい	ウィナーロール
27	火	肉 炒	豚肉となすの炒め物 ツナときゅうりのサラダ 桃缶	ごぼうスナック	マドレーヌ
28	水	肉 汁	チキンカレー 大豆入り和風サラダ ウィナー メロン	ほうれん草 せんべい	まがりせんべい
29	木	肉 煮	レバーの甘辛煮 南瓜サラダ すいか	五穀クッキー	豆乳まんじゅう
30	金	魚 焼	魚のムニエル ジャーマンポテト 人参の甘煮 バナナ	カリポテ スナック	バウムクーヘン

手作りおやつ



★新メニュー

