



令和6年6月給食予定献立表



さくら保育園

日/曜	献立名	朝のおやつ			エネルギー (kcal)	行事 食育活動
		軽食	熱と力になるもの	材料名 (食食・軽食) 血や肉や骨になるもの		
3 17 月	ごはん 白菜の味噌汁 いわしの蒲焼き風 (乳児: たい) キャベツと卵の中華炒め ほうれん草のサラダ	牛乳 (乳児) 牛乳 あじさいゼリー (乳児: ひじきおにぎり) スティックパン (乳児: パナナ)	米 パン 胚芽米 さつまいも マヨネーズ 片栗粉 油 ごま油 てんさい糖	牛乳 いわし 卵 豚肉 ハム 生クリーム みそ チーズ 煮干し ひじき 鯖	608	米とき 3日 (かぜ) 17日 (そら) 屋食材料紹介 3日 (れんげ)
4 18 火	ジャージャー麺 (乳児: 煮込みうどん) じゃが芋とアスパラのバター醤油炒め 小松菜の白和え	牛乳 (乳児) 牛乳 高野豆腐のそぼろごはん 甘なつ	中華めん じゃがいも 米 油 てんさい糖 ごま バター ごま油 片栗粉 うどん	牛乳 豚肉 卵 豆腐 鶏肉 ツナ ひじき みそ 高野豆腐 かつお節	589	屋食材料紹介 4日 (たんぼぼ) 卵割り 4日 (そら・ゆり) 18日 (かぜ・ゆり) ラップおにぎり (幼児)
5 19 水	ごはん チンゲン菜の味噌汁 キャベツの肉巻き 切干大根の煮物 梅和え	牛乳 (乳児) 牛乳 フレンチトースト メロン (乳児: パナナ)	米 パン 胚芽米 バター てんさい糖 油	牛乳 豚肉 卵 油揚げ 竹輪 みそ 大豆 煮干し かつお節	585	米とき 5日 (そら) 19日 (かぜ) 屋食材料紹介 5日 (かぜ)
6 20 木	天然酵母パンズパン (乳児: 牛乳パン) 中華わかめスープ 鮭のチーズピカタ ラタトゥイユ フレンチサラダ	牛乳 (乳児) 牛乳 黒ごまときな粉のスコーン 甘なつ	天然酵母パン 小麦粉 オリーブ油 てんさい糖 油 ごま 春雨 ごま油	牛乳 鮭 豆腐 卵 牛乳 きな粉 チーズ わかめ 煮干し	579	屋食材料紹介 6日 (そら)
7 21 金	ごはん 小松菜の味噌汁 鶏肉の塩麹から揚げ きんぴられんこん チョレギサラダ	牛乳 (乳児) 牛乳 みかんケーキ パイナップル (乳児: パナナ)	米 小麦粉 胚芽米 てんさい糖 油 バター 塩麹 片栗粉 ごま油 ごま	牛乳 鶏肉 卵 チーズ みそ 煮干し のり	621	米とき 7日 (かぜ) 21日 (そら)
8 22 土	炒飯 大根の味噌汁 鶏肉のトマト煮 野菜炒め	牛乳 (乳児) 牛乳 ソフトケーキ バナナ	ソフトケーキ 米 胚芽米 油 ごま てんさい糖	牛乳 鶏肉 みそ しらす干し 煮干し	629	バナナ 玉ねぎ ブロッコリー 大根 にんじん トマト もやし コーン ねぎ いんげん
10 24 月	かき玉あんかけうどん タンドリーチキン 洋風炒め マゼドアンサラダ	牛乳 (乳児) 牛乳 キャラメルパウンドケーキ 甘なつ	うどん 小麦粉 さつまいも 油 バター 片栗粉 マヨネーズ てんさい糖	牛乳 鶏肉 卵 ヨーグルト ウインナー 生クリーム チーズ わかめ 煮干し	561	甘夏 ブロッコリー ねぎ 小松菜 にんじん アスパラ パプリカ コーン にんにく
11 25 火	ごはん じゃが芋の味噌汁 さわらの西京焼き 茄子とオクラの甘酢炒め 納豆和え	牛乳 (乳児) 牛乳 おからドーナツ メロン (乳児: パナナ)	米 胚芽米 油 じゃがいも 小麦粉 てんさい糖	牛乳 さわら 豚肉 おから みそ 納豆 油揚げ 煮干し	616	メロン 玉ねぎ 小松菜 にんじん なす おくら ピーマン さやえんどう バナナ 11日 (そら) 25日 (かぜ) ピーマンの種取り 11日 (そら) 25日 (かぜ)
12 26 水	天然酵母牛乳パン ミネストローネ 鶏肉のパン粉焼き ローストポテト しらすのナムル	牛乳 (乳児) 牛乳 大豆ふりかけおにぎり 甘なつ	天然酵母パン じゃがいも 米 胚芽米 マカロニ パン粉 油 オリーブ油 マヨネーズ ごま油 ごま てんさい糖	牛乳 鶏肉 ベーコン しらす干し 大豆 煮干し 青のり	584	甘夏 ほうれん草 にんじん トマト 玉ねぎ キャベツ もやし セロリ にんにく
13 27 木	ごはん なすの味噌汁 炒り豆腐 モロヘイヤのサラダ かぶとエリンギのオープン焼き	牛乳 (乳児) 麦茶 ヨーグルト 黄桃ソース スティックパン	米 パン 胚芽米 てんさい糖 油 オリーブ油 ごま ごま油	ヨーグルト 豆腐 鶏肉 みそ ひじき 煮干し	503	かぶ にんじん なす 玉ねぎ もも トマト きゅうり エリンギ モロヘイヤ 枝豆
14 金	おにぎり (鮭・ひじき) 味噌汁 (乳児) 南瓜の素焼き かじきの竜田揚げ れんこん煮 スティック野菜サラダ スナップエンドウ	牛乳 (乳児) 牛乳 抹茶蒸しパン バナナ	米 胚芽米 小麦粉 油 てんさい糖 マヨネーズ 片栗粉 ごま	牛乳 かじき 鮭 みそ ひじき 煮干し	614	バナナ かぼちゃ れんこん にんじん 大根 きゅうり スナップエンドウ しょうが 玉ねぎ キャベツ
28 金	須古ずし (乳児: ごはん) かぼちゃの味噌汁 かじきのごま焼き 煮こみ ちぎりキャベツ炒め	牛乳 (乳児) 牛乳 ゆでだこ (乳児: ホットケーキ) バナナ	米 胚芽米 小麦粉 里いも 白玉粉 黒砂糖 油 ごま ごま油 てんさい糖 ホットケーキ粉	牛乳 かじき 鶏肉 卵 かまぼこ きな粉 みそ 煮干し	658	バナナ キャベツ かぼちゃ ごぼう にんじん 玉ねぎ れんこん こんにゃく 小豆 さやえんどう 椎茸 郷土料理 ~佐賀県~ キャベツちぎり (たんぼぼ)
1 土	ごはん キャベツの味噌汁 鶏肉の照り焼き 大根と人参の煮物 ほうれん草の和え物	牛乳 (乳児) 牛乳 ドーナツ バナナ	米 ドーナツ 胚芽米 油 てんさい糖	牛乳 鶏肉 ツナ みそ 煮干し	584	バナナ ほうれん草 玉ねぎ キャベツ 大根 かぶ にんじん えのき茸 コーン 運動会
15 29 土	中華丼 かぶの味噌汁 厚揚げの煮物 ほうれん草の磯和え	牛乳 (乳児) 牛乳 ワッフル バナナ	米 ワッフル 胚芽米 ごま油 片栗粉 油 てんさい糖	牛乳 豚肉 厚揚げ みそ 煮干し のり	641	バナナ 大根 ほうれん草 かぶ 白菜 にんじん 玉ねぎ チンゲン菜 えのき茸

☆材料の入荷状況や園の行事などで内容を変更することがあります。

月平均栄養素量 (幼児エネルギー595kcal,蛋白質24.2g,脂質22.9g,塩分1.7g, 乳児エネルギー546kcal,蛋白質21.8g,脂質21.6g,塩分1.5g)

6月 給食だより



さくら保育園 給食室

雨の日が多い季節になってきました。梅雨真っただ中の6月ころになると湿度や気温が高く、細菌が増殖するため食中毒も心配になってきます。食中毒予防の3原則を知り、食中毒を起こさないよう注意したいですね。

食中毒予防の3原則

・つけない『清潔保持』

調理器具や食べ物に菌をつけないよう、しっかり手洗いをすることが大切です。まな板は生で食べる食品用と肉・魚用で分けたり、同じまな板を使用する場合は野菜→肉・魚の順で切るなど順番を工夫しましょう。



・増やさない『迅速・冷却』

適切な温度（冷蔵庫は10℃以下、冷凍室は-15℃以下）で食品を管理保管し、調理したものは室温で放置せず速やかに食べましょう。

・やっつける『加熱処理』

食品の中心部までしっかり加熱し、殺菌しましょう。（多くの細菌は75℃で1分以上の加熱で死滅します）



佐賀県

～郷土料理～

須古ずし

祭りの時や地元の寺院にお参りに来た人、嫁いだ娘の里帰りを歓迎するご馳走として振る舞われていた料理。炊いた米に合わせ酢を加えて混ぜ、甘く煮た野菜と錦糸卵、かまぼこ、さやえんどうを飾ります。



煮ごみ

鶏肉や小豆と一緒に蓮根や牛蒡、大根などの根菜類を砂糖や醤油などの調味料で味を含ませながら煮込む料理。野菜の持っている素朴な味わいと栄養のバランスが魅力です。



ゆでだご

「ゆでだご」は「ゆでだんご」がなまった言葉で、小麦粉と黒砂糖を使ったお菓子です。佐賀県では昔から二毛作が盛んに行われており、米を収穫した後に麦を育てていたため、多くの農家には自家栽培の小麦粉や米粉が常備されていました。農家で常備していることが多かった小麦粉で作られた「ゆでだご」は農作業の合間に食べられるおやつだったそうです。

○今月の食育活動○

- ・昼食材料紹介 3日（れんげ）4日（たんぼぼ）5日（かぜ）6日（そら）
- ・卵割り 4日（そら・ゆり）18日（かぜ・ゆり）
- ・ラップおにぎり 4,18日（幼児）
- ・青空給食 14日



※その他、米とぎやキャベツちぎりなどの昼食に使用する食材の下処理を行ないます。

補食予定献立表

日付	補食	日付	補食
3,17月	ごましおごはん	10,24月	ふりかけごはん
4,18火	ゆかりごはん	11,25火	わかめごはん
5,19水	わかめごはん	12,26水	ゆかりごはん
6,20木	ふりかけごはん	13,27木	おかかごはん
7,21金	おかかごはん	14,28金	ごましおごはん
8,22土	焼きおにぎり	1,15,29土	焼きおにぎり

さくら保育園では、毎日の献立の写真を

X(旧 Twitter)にて公開しています

(@Sakura_Hoikuen)

