

日曜	献立名	材 料 名				お や つ	
		熱や力になる食品	血や肉や骨になる食品	体の調子を整える食品	その他	午前 3歳未満児	午後
1月	白飯 カレーきんぴら トマトスープ	米 シューストリングポト 菜種油 三温糖 やさいコンソメリング きなこせんべい	豚平切肉 焼きちくわ ベーコン 牛乳	人参 ごぼう 糸こんにやく 青ピーマン 玉葱 チンゲンツァイ トマト	しょうゆ カレー粉 塩 野菜ブイオン	牛乳	牛乳 やさいコンソメリング きなこせんべい
2火	菜めし 関東煮 ほうれん草のごま和え	米 三温糖 すりごま 十勝こしあん 星っこ	焼きちくわ 角はんぺい 厚揚げ 切り昆布 牛乳 粉寒天	菜めし 干椎茸 板こんにやく 人参 大根 グリーンピース ほうれん草 緑豆もやし	しょうゆ 削り節	牛乳	牛乳 水ようかん 星っこ
3水	白飯 煮込みハンバーグ 洋風スープ	米 菜種油 三温糖 元気うす焼せんべい	FMうす味ハンバーグ ベーコン やわらかプチとうふ 牛乳	玉葱 ぶなしめじ 人参 オオソテー ダイズマト とうもろこし キャベツ オレンジ	赤ワイン ケチャップ 中華だしの素 ソース 野菜ブイオン 塩	牛乳	牛乳 オレンジ 元気うす焼せんべい
4木	肉みそうどん 胡瓜とコーンの酢の物 黄桃(缶)	干しうどん 菜種油 三温糖 かつくり粉 じゃが芋 エッグケアマヨネーズ	豚挽肉 豆みそ 牛乳	生姜 玉葱 人参 干椎茸 グリンピース なす きゅうり とうもろこし 黄桃缶	塩 しょうゆ 削り節 米酢	牛乳	牛乳 ふかしじゃが芋
5金	まめ小魚ごはん(以上児) 小魚ごはん(未満児) あわせみそ汁 キヤブのゆかり和え <カミメニューの日>	米 三温糖 菜種油 かつくり粉 じゃが芋 ミニのりすけ サクッとあられ	しらす干し 大豆 松山あげ ミックスみそ 牛乳	玉葱 人参 オクラ キャベツ きゅうり ゆかり	しょうゆ 削り節 塩	牛乳	牛乳 ミニのりすけ サクッとあられ
6土	ジャムサンド 牛乳 みかんゼリー	超熟食パン	牛乳	イチゴジャム 国産みかんゼリー		牛乳	
8月	ハヤシライス フルーツサラダ キャンディチーズ	米 菜種油 じゃが芋 三温糖 紫芋ふんわりせんべい 元気ソースせん	豚平切肉 豆みそ まるいチーズ ぶんちゃんのごさかな君 牛乳	人参 玉葱 ぶなしめじ 青ピーマン ダイズマト みかん缶 パイン缶 きゅうり キャベツ	ハヤシウ ケチャップ ソース 赤ワイン 野菜ブイオン トマトピューレ 米酢 塩	牛乳	お茶 小魚(以上児) 紫芋ふんわりせんべい(未満児) 元気ソースせん
9火	ちらしずし ツナマヨサラダ すまし汁 ミニデザート(青りんご) <誕生会>	米 三温糖 エッグケアマヨネーズ てもり麩(焼麩) ミニデザート青りんご お米 de マーブルマフィン 豆乳ホイップ 米粉 菜種油	白かまぼこ 焼きのり ツナ わかめ 牛乳	かんぴょう 干椎茸 人参 きゅうり えのきたけ 小松菜 黄桃缶	米酢 塩 しょうゆ 削り節 ベーキングパウダー	牛乳	牛乳 マーブルマフィンアラモード(2歳以上児) 米粉蒸しパン(2歳未満児)
10水	白飯 ぶりの照り焼き風 お浸し たまぎ汁	米 かつくり粉 菜種油 三温糖 ソフトな塩せん きらきらコーンのおほしさま	ぶり やわらかプチとうふ 牛乳	チンゲンツァイ 板こんにやく 干椎茸 ごぼう 人参 根みつば そら豆	しょうゆ みりん 削り節 塩	牛乳	牛乳 そらまめ(以上児) ソフトな塩せん(未満児) きらきらコーンのおほしさま
11木	クロールパン 鶏の唐揚げ キャベツとコーンのごま酢あえ ジュリアンヌスープ	クロールパン かつくり粉 菜種油 すりごま 三温糖 じゃが芋 かぼちゃポーロ うす焼サラダせんべい	鶏もも肉 ベーコン 牛乳	生姜 キャベツ とうもろこし 玉葱 人参 セロリー	酒 しょうゆ 米酢 野菜ブイオン 塩	牛乳	牛乳 かぼちゃポーロ うす焼サラダせんべい
12金	きのこご飯 切干大根サラダ みそ汁	災害用きのこごはん エッグケアマヨネーズ じゃが芋 超熟食ロール 菜種油	ツナ 松山あげ 豆みそ 牛乳 ウインナー	切干し大根 きゅうり とうもろこし 玉葱 人参 ねぎ キャベツ リンゴジャム	しょうゆ 削り節 ケチャップ	牛乳	牛乳 手作りウインナードック(以上児) ジャムサンド(未満児)
13土	ポテトベーコンパン 牛乳 ももゼリー	ポテトベーコンパン	牛乳	国産ももゼリー		牛乳	
15月	カレーライス フレンチサラダ まめびよデザートココア味	米 じゃが芋 菜種油 三温糖 米粉マカロニ	豚平切肉 ツナ まめびよデザートココア 牛乳 きな粉(大豆)	玉葱 人参 りんご 青ピーマン キャベツ きゅうり	塩 ソース 野菜ブイオン カレールウ 米酢	牛乳	牛乳 マカロニあべ川
16火	白飯 みそかつ ポイルキャベツ 五目汁	米 菜種油 三温糖 元気ミニも花子 ミニのりのりあげもち	国産豚ヒレカツ 豆みそ やわらかプチとうふ 牛乳	キャベツ 人参 玉葱 ごぼう 干椎茸	削り節 しょうゆ 塩	牛乳	牛乳 ミニも花子 ミニのりのりあげもち
17水	白飯 いわしのみぞれ煮 ひじきのいため煮 あわせみそ汁	米 菜種油 三温糖 キヌアあられ塩味	いわしのみぞれ煮 高野豆腐 干ひじき わかめ ミックスみそ 牛乳	人参 グリンピース 玉葱 なす えのきたけ オレンジ	削り節 しょうゆ	牛乳	牛乳 オレンジ キヌアあられ塩味
18木	揚げパン(以上児) ロールパン(未満児) ミネストローネスープ ごま風味野菜サラダ	ロールパン 菜種油 グラニュー糖 じゃが芋 すりごま エッグケアマヨネーズ 三温糖 ほしのおせんべい おこめリング甘口しょうゆ	ベーコン 牛乳	玉葱 人参 ダイズマト きゅうり	野菜ブイオン 塩 米酢 しょうゆ	牛乳	牛乳 ほしのおせんべい おこめリング甘口しょうゆ
19金	梅さけごはん 新じゃが煮 胡瓜の昆布あえ <食育メニューの日>	米 三温糖 じゃが芋 菜種油	秋鮭ほぐし身 鶏挽肉 塩昆布 牛乳	国産ねりうめ(しそ入り) レモン 玉葱 人参 グリーンピース きゅうり フルーチェの素(いちご) パナナ	塩 しょうゆ 削り節 みりん 酒	牛乳	お茶 いちごフルーチェ
20土	ツナロールパン 牛乳 りんごゼリー	ツナロールパン	牛乳	りんごゼリー		牛乳	
22月	チリコンカンライス マセドアンサラダ コンソメスープ	米 菜種油 じゃが芋 ザラメせんべい とうもろこしで作ったパフスタッグス味	豚挽肉 大豆 蒸し挽き割り大豆 ベーコン 牛乳	玉葱 人参 青ピーマン とうもろこし ダイズマト きゅうり キャベツ ぶなしめじ	塩 ケチャップ ソース カレー粉 米酢 しょうゆ 野菜ブイオン	牛乳	牛乳 ザラメせんべい とうもろこしで作ったパフスタッグ
23火	うす切りスライス食パン 拌八宝 豆腐と野菜のスープ	食パン じゃが芋 菜種油 はるさめ すりごま 三温糖 ごま油 こめ棒くん ソフトな塩せん うす焼しょうゆせんべい	ウインナー 鶏ささ身 やわらかプチとうふ 牛乳	キャベツ きゅうり 人参 とうもろこし えのきたけ 玉葱	米酢 しょうゆ 野菜ブイオン 塩	牛乳	牛乳 こめ棒くん(以上児) ソフトな塩せん(未満児) うす焼しょうゆせんべい
24水	白飯 白身魚の変わりソース 新じゃがの粉ふき芋 みそ汁	米 菜種油 三温糖 ごま油 かつくり粉 じゃが芋 おこめせん人参&南瓜	ホキ米パン粉フライ 青のり 松山あげ 豆みそ 牛乳	ぶなしめじ 人参 小松菜 とうもろこし	ケチャップ カレー粉 米酢 ソース 塩 削り節	牛乳	牛乳 とうもろこし おこめせん人参&南瓜(2歳未満児)
25木	冷やし中華 揚げシューマイ プチみかんゼリー	中華めん 菜種油 三温糖 ごま油 米	ロースハム 国産ホークしゅうまい 炊き込みわかめ 焼きのり 牛乳	トマト きゅうり 緑豆もやし とうもろこし プチ国産みかんゼリー	削り節 しょうゆ 米酢	牛乳	お茶 わかめおにぎり
26金	人参まぜご飯 きゅうりごまじょうゆ とうがん汁	米 三温糖 すりごま ごま油 かつくり粉 お米 de 国産りんごのタルト	鶏挽肉 油揚げ 松山あげ 牛乳	人参 グリンピース きゅうり とうがん 干椎茸 小松菜	しょうゆ 塩 削り節 みりん	牛乳	牛乳 りんごのタルト
27土	ウインナーロールパン 牛乳 やさいゼリー	ウインナーロールパン	牛乳	国産やさいゼリー		牛乳	
29月	白飯 梅しそ唐揚げ キャベツのおかか和え あわせみそ汁	米 かつくり粉 菜種油 三温糖 グレープゼリーの素 元気小粒揚げ	鶏もも肉 かつおパック やわらかプチとうふ わかめ ミックスみそ 牛乳	国産ねりうめ(しそ入り) キャベツ 人参 ぶなしめじ オクラ	しょうゆ みりん 酒 米酢 削り節	牛乳	お茶 手作りぶどうゼリー 元気小粒揚げ
30火	麻婆豆腐丼 拌三糸 わかめスープ	米 かつくり粉 菜種油 三温糖 ごま油 じゃが芋 ふんわりしお味	木綿豆腐 豚挽肉 豆みそ ロースハム わかめ ソーファル元気ヨーグルト 牛乳	生姜 人参 ねぎ 干椎茸 緑豆もやし きゅうり 玉葱 えのきたけ	塩 しょうゆ 中華だしの素 酒 米酢 野菜ブイオン	牛乳	お茶 ソーファル元気ヨーグルト ふんわり塩味

6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。

「食育」とは、様々な経験を通じて食に関する知識とバランスの良い食を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことです。食べることは生きることに通じます。食育に取り組むことで、生きる力をはぐくみ、食に興味や関心を持ち、食べることが楽しめる子どもに育ってほしいとよいですね。

日進市が掲げる食育の重点課題

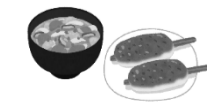
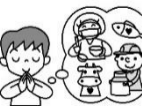
朝食を毎日食べよう

一緒に食事をとろう



食への感謝の気持ちを育もう

地域の食文化を知ろう



※都合により献立を変更することがあります。

4~10歳

歯と口の健康週間

6/4はむし歯予防デー、この週は歯と口の健康週間です。お口の健康は全身の健康のための大切な条件です。日頃から大切にしたいですね。そして、この健康週間にちなんで5日の給食は「かみかみメニュー」です。

※ 以上児…3歳以上児、未満児…3歳未満児

今月の食育メニュー 新じゃが煮

新じゃがは初夏を告げるじゃが芋として人気があります。皮が薄いので皮をよく洗って皮ごと料理に使えます。19日の給食では地元産の新じゃがとたまねぎを「新じゃが煮」にして、期間限定の味覚をみんなで楽しみたいと思います。

おうちでも給食の様子をきいてみてくださいね。



こどもクッキングを行います

9日	マーブルマフィンアラモード	ホイップを絞った果物を飾ります。
10日	そら豆	そら豆のさや取りをします。
12日	手作りウインナードック	パンにウインナーとキャベツをはさみます。
24日	とうもろこし	皮むぎをします。
25日	わかめおにぎり	おにぎりを握ります。