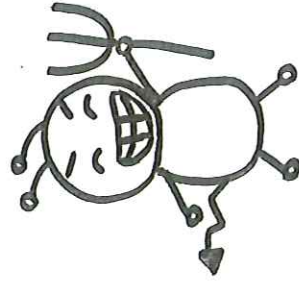


日付	献立	おやつ (午前)	おやつ (午後)
1 水	大根と豚肉の煮物・ひじきの野菜サラダ・じゃが芋の味噌汁・みかんゼリー	牛乳・バナナ	牛乳・バナナ
2 木	スパイシーびっくりカレー・ハムと野菜のゴマサラダ・冷やっこ・グレープフルーツ	牛乳・黒糖蒸しパン	牛乳・黒糖蒸しパン
3 金	豚肉と野菜のごもく炒め・お芋のサラダ・大根の味噌汁・オレンジゼリー	牛乳・お好み焼き	牛乳・お好み焼き
4 土	ケチャップライス・バナナ	牛乳・じゃがバター	牛乳・じゃがバター
6 月	鶏肉と野菜のみそ炒め・コーンサラダ・キヤベツのペーコンスープ・フルーツのヨーグルト和え	牛乳・お菓子	ヨーグルト・バナナ
7 火	ヒジキの中華風卵焼き・オーロラサラダ・とうふの味噌汁・グレープフルーツ	牛乳・フレンチトースト	牛乳・フレンチトースト
8 水	大豆と野菜のトマト風味・ワカメの春雨サラダ・えのきのコンソメスープ・パイナップルゼリー	牛乳・黒ゴマ団子	牛乳・黒ゴマ団子
9 木	とうふと野菜の五目煮・ペーコンマカロニサラダ・もやしのコンソメスープ・オレンジ	牛乳・パリパリボール	牛乳・パリパリボール
10 金	ひじきのいため煮・大根ヘルシーサラダ・かぼちやの味噌汁・オレンジゼリー	牛乳・お菓子	牛乳・お菓子
11 土	三角ワカメおにぎり・ペーコンスープ	牛乳・バナナ	牛乳・バナナ
13 月	ふんわり野菜とちくわの卵とじ・シルバーサラダトマト付き・しいたけ入りコンソメスープ・バナナ	牛乳・黒糖蒸しパン	牛乳・黒糖蒸しパン
14 火	タラの香り揚げ・キヤベツのさっぱりサラダ・だいこんとペーコンのスープ・オレンジ	牛乳・お好み焼き	牛乳・お好み焼き
15 水	大根と豚肉の煮物・ひじきの野菜サラダ・じゃが芋の味噌汁・みかんゼリー	牛乳・バナナ	牛乳・バナナ
16 木	スパイシーびっくりカレー・ハムと野菜のゴマサラダ・冷やっこ・グレープフルーツ	牛乳・黒糖蒸しパン	牛乳・黒糖蒸しパン
17 金	豚肉と野菜のごもく炒め・お芋のサラダ・大根の味噌汁・オレンジゼリー	牛乳・お好み焼き	牛乳・お好み焼き
18 土	ケチャップライス・バナナ	牛乳・バナナ	牛乳・バナナ
20 月	鶏肉と野菜のみそ炒め・コーンサラダ・キヤベツのペーコンスープ・フルーツのヨーグルト和え	牛乳・じゃがバター	牛乳・じゃがバター
21 火	ヒジキの中華風卵焼き・オーロラサラダ・とうふの味噌汁・グレープフルーツ	牛乳・お菓子	牛乳・お菓子
22 水	大豆と野菜のトマト風味・ワカメの春雨サラダ・えのきのコンソメスープ・パイナップルゼリー	ヨーグルト・バナナ	ヨーグルト・バナナ
23 木	とうふと野菜の五目煮・ペーコンマカロニサラダ・もやしのコンソメスープ・オレンジ	牛乳・フレンチトースト	牛乳・フレンチトースト
24 金	誕生会 x ニュー!! テーマ「11ひきのねこどんこ」	牛乳・黒ゴマ団子	牛乳・黒ゴマ団子
25 土	三角ワカメおにぎり・ペーコンスープ	牛乳・パリパリボール	牛乳・パリパリボール
27 月	ふんわり野菜とちくわの卵とじ・シルバーサラダトマト付き・しいたけ入りコンソメスープ・バナナ	牛乳・お菓子	牛乳・お菓子
28 火	タラの香り揚げ・キヤベツのさっぱりサラダ・だいこんとペーコンのスープ・オレンジ	牛乳・バナナ	牛乳・バナナ
29 水	大根と豚肉の煮物・ひじきの野菜サラダ・じゃが芋の味噌汁・みかんゼリー	牛乳・黒糖蒸しパン	牛乳・黒糖蒸しパン
30 木	スパイシーびっくりカレー・ハムと野菜のゴマサラダ・冷やっこ・グレープフルーツ		

6月4日は...

# 虫歯予防Day



☆よく噛んで食べよう  
よく噛むことで唾液がでます。  
唾液は糖を分解し、  
口の中をきれいにしていきます  
☆おやつは時間を決めて  
糖分は虫歯の大きな原因  
甘い物をちよくよく食べていると  
虫歯になりやすい

## ☆寝る前にジュース・フルーツ

- などは与えない  
寝ている時に菌は活発に活動してしまいます  
歯を強くする!! 手作りおやつを紹介  
★ **手作りジャコカツ** ★  
① ピーナッツを細くぎざんでおく。  
② いちじの煮干しをフライパンでいる。  
③ 鍋にさとう・しょうゆ・みりんを入れ、味を調節し、煮立たせる。  
④ いちじ・ピーナッツ・ごまを入れよく絡ませ、完成!

☆ 今月はひまわり組・ゆり組  
ばら組で給食懇談会  
があります!!

☆ 子どもたちが毎日食べている  
給食よ子どもと一緒に  
楽しく食べてもらえると  
嬉しいですよ

☆ 今月の旬な食材  
新じゃがいも・かぼちや  
グリーンピース・カッポ  
サワラ・タコ