

6月 給食だより

エンジェル保育園 令和3年度 山田知佳 川島沙彩 高山まりな

あっという間に春が過ぎ去り、季節は梅雨に移り変わろうとしています。気温も湿度も高くなるので、時間を決めてこまめに水分補給をしましょう。また、日頃から手洗いうがいをきちんと行い、体調に気をつけて今月も元気に過ごしましょう。



食中毒の予防について



食中毒が起こりやすい季節になってきました。食中毒を防ぐ為には、食品に菌を「つけない」、食品に付着した菌を「増やさない」、食品や調理器具に潜む菌を「やっつける」、この3つが原則となります。エンジェル保育園では日頃から手洗いや洗浄消毒等の衛生管理の他、食品の保存時や調理後の温度管理を徹底しています。食品の購入時から食後まで注意するポイントがいくつかあります。子どもが食中毒になると重症化しやすいため、家庭でも予防に取り組んでいきましょう。

ポイント① 食品の購入

- ・生鮮食品は鮮度、消費期限、食品の色などをよく見て購入しましょう
- ・冷蔵や冷凍などの食品は最後に選び、購入後は寄り道などせずに家に帰りましょう
- ・肉や魚など汁が出る物は袋を分けて包みましょう



ポイント② 購入後の保管

- ・冷蔵庫の詰めすぎに注意しましょう（目安は7割くらい）
- ・肉、魚を触る前は手を洗い、汁漏れに注意しましょう



ポイント③ 調理時

- ・こまめに手洗いし、調理器具は清潔にしましょう
- ・解凍は常温でせずに冷蔵庫内か電子レンジで行いましょう
- ・果物など生で食べるものはよく洗いましょう
- ・加熱は十分にしましょう（目安は75℃1分以上です。当園では中心温度が85℃以上になっている事を確認して提供しています。）



ポイント④ 食事

- ・調理後はなるべく早く食べましょう（当園では国の基準に従い、2時間以内に食べ終わるようにしています）
- ・室温に長く放置しないようにしましょう
- ・食事をする前は必ず手を洗いましょう
- ・余った食品はきれいな容器に保存しましょう
- ・温めなおす時も十分に加熱し、少しでも怪しいと思ったら食べずに捨てましょう



5月のおやつ ミルクくずもち

材料（3人分）

- ・牛乳 200ml
- ・片栗粉 30g
- ・砂糖 30g
- ・きな粉 10g
- ・砂糖 10g



作り方

- ① ★をあらかじめふるっておく
- ② 片栗粉と砂糖を合わせて鍋に入れる
- ③ 鍋を火にかけ、牛乳を少しずつ加えよく混ぜる（弱～中火）
※加熱する際は絶えずよく混ぜてください
- ④ のり状になりまとまってきたら、火を止めてクッキングシートの上に広げて冷ます
- ⑤ 生地が冷えて固まったら一口大に切り、①をまぶして完成

もちもちとした

口当たりの優しいおやつです

少ない材料でご家庭でも簡単に作れます
是非作ってみてください！



6月の献立



令和3年6月1日発行 エンジェル保育園、小規模事業 保育ルームルナⅢ、ルナⅣ、ルナⅨ

日		体を作るものになる	エネルギーのもとになる	体の調子をととのえる
1(火)	高野豆腐のうま煮	高野豆腐、豚肉	じゃが芋、油、砂糖	人参、グリーンピース
	もすくのすまし汁	もすく		ねぎ
	果物ゼリー		果物ゼリー	
	ごはん (おやつ) カステラ、牛乳	牛乳	カステラ	
2(水)	白身魚のトマトソース煮	カレイ	油	玉ねぎ、しめじ、ピーマン、にんにく
	ドレッシングあえ		春雨、砂糖	きゅうり、人参
	ごはん (おやつ) もちもちチーズパン、牛乳	牛乳、チーズ	白玉粉、油	
3(木) 17(木)	ビーフンのごまだれ風味		ビーフン、砂糖、いりごま	人参、きゅうり、しいたけ、みかん缶
	鶏肉の照り煮	鶏肉	油	
	ごはん (おやつ) パナナスコーン、牛乳	牛乳	ホットケーキミックス、バター	バナナ
4(金) 18(金)	ツナピラフ	ツナ	油	玉ねぎ、人参、コーン缶、ピーマン、エリンギ
	スープ	豆腐、わかめ		ねぎ
	4日 りんご			りんご
	18日 メロン			メロン
	(おやつ) 4日 ブラウニー、牛乳	牛乳	ホットケーキミックス、砂糖、バター、純ココア	
ごはん	18日 ココアケーキ、牛乳	卵、牛乳	ホットケーキミックス、砂糖、バター、純ココア、生クリーム	
5(土) 19(土)	五目きしめん	油揚げ、花かつお	干ししめん	人参、しめじ、ねぎ、ほうれん草
	麺 (おやつ) 源氏パイ、ヨーグルト、お茶	ヨーグルト	源氏パイ	
7(月) 21(月)	豚肉のみそ炒め	豚肉、赤みそ	油、砂糖	生姜、人参、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン
	きゅうりのあえもの	しらす		きゅうり
	(おやつ) 7日 人参蒸しパン、牛乳	牛乳	ホットケーキミックス、砂糖	人参
	ごはん 21日 りんご蒸しパン、牛乳	牛乳	ホットケーキミックス、砂糖	りんご
8(火) 22(火)	手羽先風からあげ	鶏肉	片栗粉、油、砂糖	
	おひたし	花かつお		キャベツ、人参、ほうれん草
	パイン缶			パイン缶
	(おやつ) 8日 苺ヨーグルト、お茶	ヨーグルト	苺ジャム	
ごはん	22日 みかんヨーグルト、お茶	ヨーグルト		みかん缶
9(水) 23(水)	みそげんちゃん汁	豆腐、鶏肉、赤みそ	油	大根、人参、えのき、ねぎ
	炒り卵	卵	油	チンゲン菜
	ごはん (おやつ) ビザトースト、牛乳	ウイニー、チーズ、牛乳	食パン	コーン缶、ピーマン
10(木) 24(木)	南瓜のクリームスープ	豚肉、牛乳	油、上新粉	南瓜、人参、玉ねぎ
	ソテー	ツナ	油	ほうれん草
	パン (おやつ) 昆布ごはん、牛乳	塩昆布、牛乳	米	
11(金) 25(金)	煮魚	メカジキ	砂糖	生姜
	じゃが芋の煮付		じゃが芋	玉ねぎ、人参
	(おやつ) 11日 豆腐ドーナツ、牛乳	豆腐、牛乳	ホットケーキミックス、油	
	ごはん 25日 コーンボール、牛乳	牛乳	ホットケーキミックス、油	クリームコーン缶
12(土) 26(土)	煮込みうどん	鶏肉、油揚げ	干うどん	人参、ねぎ
	(おやつ) 12日 ココアサンド、牛乳	牛乳	食パン、純ココア、砂糖、薄力粉	
	麺 26日 小倉サンド、牛乳	牛乳	食パン、あんこ	
14(月) 28(月)	豆腐の卵煮	豆腐、卵	砂糖	人参、ねぎ、ほうれん草
	みそあえ	赤みそ		キャベツ、さやいんげん、コーン缶
	ごはん (おやつ) 焼きうどん、牛乳	豚肉、花かつお、牛乳	蒸うどん	玉ねぎ、人参、もやし、ピーマン
15(火) 29(火)	中華飯	豚肉	油、片栗粉、ごま油	白菜、人参、玉ねぎ、ねぎ
	南瓜煮付		砂糖	南瓜
	バナナ			バナナ
	ごはん (おやつ) クッキー、牛乳	牛乳	薄力粉、バター、砂糖、純ココア	抹茶粉
16(水) 30(水)	白身魚のトマトソース煮	カレイ	油	玉ねぎ、しめじ、ピーマン、にんにく
	ドレッシングあえ		春雨、砂糖	きゅうり、人参
	パン (おやつ) そぼろごはん、牛乳	鶏肉、牛乳	米	
★アレルギー児にはアレルギー食材を除去し、代替えしたメニューを提供しています。				
★上記食材のほか、醤油等の調味料およびスープの素を使用しています。				
★食材納品の関係により、急遽メニューを変更する場合があります。ご了承ください。				
★園の給食で初めて食べる食材がないよう毎月食材を確認しご家庭で食べてきてください。				





離乳食 6月の献立表



令和3年6月1日発行 エンジェル保育園、小規模保育事業 保育ルームルナⅢ、ルナⅣ、ルナⅤ

日	中期		後期		15:00(おやつ)
1	①	②	①	②	ハイハイ
	麩、じゃが芋	大根、ブロッコリー	麩、じゃが芋、人参	大根、ブロッコリー、豚肉	
	ごはん	だし、味噌	コンソメ	だし、味噌	
2	①	②	①	②	チーズ
	白身魚、ほうれん草	きゅうり、玉ねぎ	白身魚、ほうれん草、大根	きゅうり、玉ねぎ、南瓜	
	ごはん	コンソメ、ケチャップ	だし、醤油	コンソメ、ケチャップ	
3.17	①	②	①	②	バナナ
	鶏肉、きゅうり	人参、じゃが芋	鶏肉、きゅうり、じゃが芋	人参、じゃが芋、ほうれん草	
	ごはん	だし、味噌	コンソメ	だし、味噌	
4.18	①	②	①	②	卵ボーロ
	ツナ、さつま芋	玉ねぎ、豆腐	ツナ、さつま芋、わかめ	玉ねぎ、豆腐、ブロッコリー	
	ごはん	コンソメ	だし、醤油	コンソメ	
7.21	①	②	①	②	蒸しパン
	しらす、きゅうり	玉ねぎ、キャベツ	しらす、きゅうり、さつま芋	玉ねぎ、キャベツ、豚肉	
	ごはん	だし、醤油	コンソメ、ケチャップ	だし、醤油	
8.22	①	②	①	②	みかんヨーグルト
	鶏肉、キャベツ	南瓜、ほうれん草	鶏肉、キャベツ、人参	南瓜、ほうれん草、ブロッコリー	
	ごはん	だし、味噌	コンソメ	だし、味噌	
9.23	①	②	①	②	食パン
	豆腐、ほうれん草	大根、さつま芋	豆腐、ほうれん草、じゃが芋	大根、さつま芋、鶏肉	
	ごはん	だし、醤油	コンソメ	だし、醤油	
10.24	①	②	①	②	鮭ごはん
	ツナ、ブロッコリー	玉ねぎ、南瓜	ツナ、ブロッコリー、人参	玉ねぎ、南瓜、豚肉	
	パン	だし、醤油	コンソメ、豆乳	だし、醤油	
11.25	①	②	①	②	マンナウエハース
	白身魚、ほうれん草	玉ねぎ、じゃが芋	白身魚、ほうれん草、大根	玉ねぎ、じゃが芋、わかめ	
	ごはん	コンソメ	だし、醤油	コンソメ	
14.28	①	②	①	②	素うどん
	豆腐、人参	キャベツ、じゃが芋	豆腐、人参、ブロッコリー	キャベツ、じゃが芋、大根	
	ごはん	だし、醤油	だし、味噌	だし、味噌	
15.29	①	②	①	②	マンナビスケット
	麩、玉ねぎ	白菜、南瓜	麩、玉ねぎ、さつま芋	白菜、南瓜、豚肉	
	ごはん	コンソメ	だし、醤油	コンソメ	
16.30	①	②	①	②	おかかごはん
	白身魚、ブロッコリー	きゅうり、玉ねぎ	白身魚、ブロッコリー、大根	きゅうり、玉ねぎ、南瓜	
	パン	コンソメ、ケチャップ	だし、醤油	コンソメ、ケチャップ	
土曜日	①うどん		①うどん		ハイハイ
	じゃが芋、ほうれん草		じゃが芋、ほうれん草、人参		
	うどん		だし、醤油		

★1歳を目安に15:00のおやつを提供致します。

★アレルギー児にはアレルギー食材を除去し、代替したメニューを提供致しますので上記メニューと異なる場合があります。

★食材発注の関係上、急遽メニューを変更する場合があります。ご了承下さい。