



6月 行事予定 献立



2023年(令和5年)6月1日
社会福祉法人 虹福祉会
瀬戸こども園
土橋・松井・岡本
廣川・小林



4~7月の目標
新しい環境に慣れ、楽しく食事をする

2023年 6月

日 曜	行事予定	給食献立			主な食材			おやつ		
		主菜	副菜	果物	からだを作るもの(赤)	からだの調子を整えるもの(緑)	熱や力のエネルギーになるもの(黄)	午前	午後	
1 木	歯科健診 9:30 	鶏肉のチーズ焼き	コールスローサラダ かえりのごまがらめ	オレンジ	鶏肉・チーズ かえりいりこ	ピーマン・赤ピーマン・玉ねぎ・キャベツ・りんご きゅうり・オレンジ	米・マヨネーズ じゃが芋・白ごま	牛乳 りんご寒天	ミルク ピーナツクッキー	
2 金	ひまわりっこ 布団持ち帰り日 	魚の香りフライ	小松菜の和え物 れんこんのおかか煮	パイナップル	あじ・かつお節 卵	昆布・小松菜・人参・コーン・れんこん パイナップル	米 白ごま	牛乳 じゃが芋のバター焼き	お茶 しょうゆ焼きそば	
3 土	園庭開放10:00~11:00	豚肉と豆腐の 生姜焼き風	ブロッコリーの浸し 粉ふき芋	バナナ	豚肉 木綿豆腐	玉ねぎ・人参・白菜・しめじ・ブロッコリー・バナナ	米 じゃが芋	牛乳 クラッカーピザ	牛乳 ジャムケーキ	
4 日										
5 月	ひまわりっこ	魚の タルタルソースかけ	アスパラガスの ごま風味	野菜炒め	オレンジ	めんたい 卵	きゅうり・玉ねぎ・グリーンアスパラガス・キャベツ 人参・ピーマン・オレンジ	米・マヨネーズ 白ごま	牛乳 ちんすこう	ミルク えいようかん・フレンチトースト
6 火	親子交流会・懇談(2歳児)	鶏肉と昆布の煮込み	ブロッコリーの 彩サラダ	大根の塩炒め	パイナップル	鶏肉 卵	昆布・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・コーン・大根 パイナップル	米 じゃが芋	牛乳 あられ麩	お茶 フルーツヨーグルト
7 水	ひまわりっこ	炒め豆腐	チンゲン菜のナムル	かぼちゃグラッセ	バナナ	豚肉 木綿豆腐	人参・玉ねぎ・キャベツ・チンゲン菜・もやし かぼちゃ・バナナ	米	牛乳 おさつごま焼き	ミルク メープルクッキー
8 木	縦割り保育(3~5歳児)	冷やし中華そば	スナックえんどうの浸し	チーズポテト	オレンジ	豚肉・卵 チーズ	干しいたけ・人参・きゅうり・スナックえんどう わかめ・オレンジ	中華麺 じゃが芋	牛乳 コーンケーキ	お茶 カレーピラフ
9 金	ひまわりっこ 布団持ち帰り日	魚の甘酢漬	マカロニサラダ	にらもやし	パイナップル	さけ 卵	人参・きゅうり・キャベツ・コーン・もやし・にら パイナップル	米・マカロニ マヨネーズ	牛乳 レモンゼリー	ミルク マーブルケーキ
10 土	園庭開放10:00~11:00	焼肉	スティックきゅうり	さつま芋の甘煮	バナナ	豚肉	人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・きゅうり バナナ	米・白ごま さつま芋	牛乳 トーステッドチーズスティック	牛乳 フライドポテト
11 日										
12 月	ひまわりっこ	魚の味噌煮	かぼちゃサラダ	きんぴら	オレンジ	さば 卵	かぼちゃ・玉ねぎ・人参・きゅうり・昆布・ごぼう オレンジ	米・白ごま マヨネーズ	牛乳 りんごのコンポート	ミルク バターケーキ
13 火	親子交流会・懇談(0・1歳児)	鶏肉の酢豚風	もやしのごま和え	フライドポテト	パイナップル	鶏肉 卵	人参・玉ねぎ・ピーマン・たけのこ・もやし パイナップル	米・白ごま じゃが芋	牛乳 きび砂糖クッキー	お茶 フルーツヨーグルト
14 水	ひまわりっこ	卵とじ	小松菜の浸し	野菜の煮付	バナナ	鶏肉・卵 厚揚げ	人参・玉ねぎ・しいたけ・キャベツ・小松菜・大根 バナナ	米	牛乳 みたらしポテト	ミルク おやつぎょうざ
15 木	誕生会 	メンチカツ	コロコロサラダ	茹ブロッコリー	オレンジ	豚肉 卵	キャベツ・人参・きゅうり・コーン・ブロッコリー オレンジ	米・じゃが芋 マヨネーズ	牛乳 セサミトースト	ココア 誕生会ケーキ
16 金	ひまわりっこ 布団持ち帰り日	魚のかば焼き風	中華和え	チャブチェ風	パイナップル	さわら ツナ	大根・きゅうり・わかめ・人参・玉ねぎ・ピーマン 干しいたけ・パイナップル	米・白ごま 春雨	牛乳 オレンジゼリー	ミルク スイートポテト
17 土	園庭開放10:00~11:00	豚肉と野菜の カレー炒め	きゅうりのゆかり和え	マッシュポテト	バナナ	豚肉	人参・玉ねぎ・キャベツ・しめじ・きゅうり・バナナ	米 じゃが芋	牛乳 マカロニのあべかわ風	牛乳 パン
18 日										
19 月	ひまわりっこ	ポークチャップ	大根の即席漬	チンゲン菜の炒め物	パイナップル	豚肉 かつお節	人参・玉ねぎ・いんげん・大根・チンゲン菜 パイナップル	米 じゃが芋	牛乳 ミルククッキー	ミルク どらやき
20 火		焼魚	野菜サラダ	糸切昆布の煮付	オレンジ	さけ 油揚げ	人参・キャベツ・きゅうり・コーン・昆布・オレンジ	米 マヨネーズ	牛乳 マフィン	お茶 フルーツヨーグルト
21 水	ひまわりっこ	オムレツ	トマトサラダ	れんこんの甘辛炒め	バナナ	豚肉 卵	人参・玉ねぎ・しいたけ・トマト・きゅうり・れんこん バナナ	米 じゃが芋	牛乳 スライスかぼちゃ	ミルク 豆腐団子
22 木	太鼓指導(4・5歳児)	肉豆腐	納豆の磯和え	アスパラガスの マヨネーズ炒め	パイナップル	豚肉・納豆 焼き豆腐	人参・玉ねぎ・しいたけ・グリーンアスパラガス 葉ねぎ・のり佃煮・パイナップル	米・春雨 マヨネーズ	牛乳 ポテトケーキ	ミルク ピザトースト
23 金	ひまわりっこ 布団持ち帰り日	魚のごま揚げ	切干大根の酢の物	野菜の炒め煮	オレンジ	めんたい	切干大根・人参・きゅうり・キャベツ・ピーマン 玉ねぎ・オレンジ	米 白ごま	牛乳 ぶどう寒天	ミルク スノーボール
24 土	1年生との交流会(5歳児)10:00	鶏肉のいなか煮	ブロッコリーの マヨネーズかけ	もやしソテー	バナナ	鶏肉	人参・玉ねぎ・しいたけ・こんにゃく・ブロッコリー もやし・バナナ	米・じゃが芋 マヨネーズ	牛乳 豆乳蒸しパン	牛乳 フライドおさつ
25 日										
26 月	ひまわりっこ 口座振替	魚のマヨネーズ焼き	オクラの浸し	野菜ソテー	パイナップル	さば ベーコン	オクラ・玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン・しめじ パイナップル	米 マヨネーズ	牛乳 バナナケーキ	ミルク ボンデケーキ
27 火		から揚げ	キャベツの レモン酢和え	根菜の煮物	バナナ	鶏肉	キャベツ・きゅうり・わかめ・人参・いんげん バナナ	米 じゃが芋	牛乳 フルーツボンチ	ミルク マーラカオ
28 水	ひまわりっこ 	豆腐とひき肉の トマト煮	ナムル	焼かぼちゃ	オレンジ	豚肉 木綿豆腐	玉ねぎ・トマト・ピーマン・しめじ・人参・もやし きゅうり・かぼちゃ・オレンジ	米	牛乳 きな粉クッキー	お茶 しょうが風味おこわ
29 木		魚のカレー焼き	ポテトサラダ	パプリカ三色ソテー	パイナップル	さわら	玉ねぎ・人参・きゅうり・ピーマン・黄ピーマン 赤ピーマン・パイナップル	米・じゃが芋 マヨネーズ	牛乳 ラスク	ミルク レアヨーグルトケーキ
30 金	ひまわりっこ 布団持ち帰り日	牛丼	大根の酢の物	小松菜の煮浸し	バナナ	牛肉 油揚げ	人参・玉ねぎ・ごぼう・こんにゃく・葉ねぎ・大根 小松菜・バナナ	米 白ごま	牛乳 さつま芋のオレンジ煮	ミルク コーンフレッククッキー



給食室より

♪ひよこ0・1組のおやつの様子を紹介します♪



〈ひよこ0組〉
離乳食のおやつには茹野菜が提供されます。
芋やかぼちゃは人気で、あっという間におかわりまで空っぽになりますよ♪
〈ひよこ1組〉
手づかみ食べや食具を使い、上手に食べられるようになりました!(^^)!
好き嫌いがはっきりしてきて、「嫌っ!」と食べない時も...そんな時には無理に食べさせる事はせず、個々のペースに合わせ形態を変えたり
醤油やケチャップで少し味付けをして、徐々に食べる事が出来るように
していますよ♪



☆今月のレシピ紹介☆

☆鶏肉の酢豚風☆

＜材料 大人4人分＞

- | | |
|---------|----------|
| 鶏もも肉 | 240g |
| しょうが | 10g |
| ① しょうゆ | 大さじ1 |
| 片栗粉 | 大さじ3 |
| 人参 | 1/2本 |
| 玉ねぎ | 1個 |
| ピーマン | 4個 |
| たけのこ(茹) | 30g |
| 干しいたけ | 4g |
| 油 | 適量 |
| ② しょうゆ | 大さじ1と1/2 |
| ③ ケチャップ | 大さじ1 |
| 砂糖 | 大さじ2 |
| 酢 | 大さじ1 |
| 片栗粉 | 大さじ1 |

＜作り方＞

- ①鶏肉は①につけておき、片栗粉をまぶして油で揚げる。
- ②干しいたけは水で戻して干切りにする。
- ③玉ねぎはくし切り、人参とたけのこは乱切りにする。
- ④ピーマンは角切りにする。
- ⑤鍋に油を熱し、②③を炒め、③で味付けをする。
- ⑥①と④を加える。
- ⑦最後に水溶き片栗粉を加えて、とろみをつける。



お肉と野菜もたっぷり摂れて
☆☆これだけで栄養満点なメニューです☆☆

7月の予定



日	曜	行事	日	曜	行事
3	月	プール掃除(3~5歳児)	13	木	誕生会
4	火	すいか割り	15	土	夏祭り (1部 9:45・2部 11:00)
5	水	プール開き	24	月	太鼓指導(4・5歳児)
7	金	七夕祭り	25	火	口座振替
			27	木	プール参観(3歳児)