



# もいのキッチンだより

2019. 6

雨の季節がやってきます。気温や湿度が高くなるこの時期は食中毒が発生しやすくなります。食べ物が傷みやすくなることや、暑さにより人間の抵抗力が落ちてしまうことが原因とされています。

食中毒の予防には、菌を『つけない・ふやさない・やっつける』を守りましょう。  
 おうちでも、子ども達がしっかり手を洗っているか、そばで見守ってあげてください。

## ♪ うんとこしょ どっこいしょ ♪

どんぐり組のお部屋から子どもたちの元気な声が聞こえてきました！さくらんぼ組の前の花壇にじゃがいもを植えてあるのをご存知ですか？そのじゃがいもを抜く予行練習をしていました♪1歳児の小さな子ども達が抜くには大変な作業ですが、掛け声とともにたくさん収穫をしてくれました！また、くるみ・たちばな組は“ぶんちゃんの畑”でじゃがいもの収穫をさせていただきました。さて、今月のお給食はじゃがいも料理がたくさん登場します。何がでるかな？お楽しみに！！



“じゃがいもゲット！” “どこにかくれてるの～？” “いっぱい採れたよ!!” “ひと休みひと休み♪”

【6月は虫歯予防月間】

## 噛むことは大切です



### 夏の食中毒・食中毒菌を

『つけない・ふやさない・やっつける』

お弁当箱のご協力ありがとうございます。  
 子ども達のお弁当箱は調理された食品を詰める前にアルコール消毒を心がけ、殺菌につとめています。まめに洗っていなかったり、油汚れがとれていない、水滴がついている等があります。

これからの時期、食中毒の原因菌が増えやすくなります。原因菌を広めないようみんなで心がけるようご協力お願い致します。

# 献立表

2019/06月分

稲取保育園(一般)

日	曜	10時おやつ	材料名	3時おやつ
03	月	麦茶,カルビ,さつぼろポテト	きのこスパゲティ,ほうれん草の卵巻き,ウインナーソーテー	ミルク,オリジナルスキムクッキー
04	火	麦茶,アスパラガス	御飯,さばのみそ煮,豆腐と青菜のチャンプルー,ポテトサラダ	ミルク,バターラスク
05	水	麦茶,ひねり揚げ	御飯,コロッケ,三色サラダ,大豆煮,千切りキャベツ	フルーチェー
06	木	麦茶,ビスケット	御飯,厚揚げの味噌炒め,もやしの彩り和え,小松菜の胡麻和え	ミルク,あべかわもち(4・5歳児),お焼き(1・2・3歳児)
07	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,鶏肉の照焼,ひじきとちくわの煮物,枝豆	ミルク,スコーン
10	月	麦茶,カルビ,さつぼろポテト	親子丼,ごぼうサラダ,小松菜のおかか和え	ミルク,粉ふき芋
11	火	麦茶,アスパラガス	御飯,揚げ白身魚のあんかけ,マセドアンサラダ,厚焼き玉子	ミルク,ホットケーキ
12	水	麦茶,ひねり揚げ	御飯,回鍋肉,千種焼き,じゃがいも炒め	ミルク,ピザトースト
13	木	麦茶,ビスケット	御飯,鶏肉とトマトの煮込み,マカロニサラダ,青菜お浸し	ミルク,チョコケーキ
14	金	麦茶,とんがりコーン	やきそば,白和え,青菜とコーンのソーテー,ニューサマオレンジ	ミルク,お焼き
17	月	麦茶,カルビ,さつぼろポテト	御飯,鶏肉のから揚げ,キャベツとコーンの中華和え,ほうれん草の炒め物	ミルク,クッキー
18	火	麦茶,アスパラガス	カレーライス,野菜とツナのサラダ,もやしのごま酢和え	牛乳寒天みかん
19	水	麦茶,ひねり揚げ	おにぎり弁当	おせんべい
20	木	麦茶,ビスケット	御飯,むし鮭のタルタルソースかけ,小松菜の胡麻和え,ピシソワーズ	ミルク,コンフレーク
21	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,マーボー豆腐,小松菜とささみのごま和え,ちくわ煮	ミルク,いちごケーキ
24	月	麦茶,カルビ,さつぼろポテト	御飯,タントリーチキン,じゃが芋のドレッシング和え,きゅうりとわかめの酢の物	ミルク,きなこ入りホットケーキ
25	火	麦茶,アスパラガス	ハヤシライス,スパニッシュオムレツ,きのこのサラダ	ミルク,じゃが芋胡麻揚
26	水	麦茶,ひねり揚げ	御飯,スキムハンバーグ,ミモザサラダ,フライドポテト	ミルク,小倉カステラ
27	木	麦茶,ビスケット	肉味噌うどん,キャベツサラダ,千種焼き	ミルク,シュガーパン
28	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,肉じゃが,スパゲティサラダ,生揚げの味噌汁	ミルク,バターラスク

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	555	20.5	18	211	2.3	167	0.3	0.41	29	3.6	1.8
目標量	574	23	15.9	259	2.4	203	0.31	0.36	18	4.6	1.9
充足率(%)	97	89	113	81	96	82	97	114	161	78	95
3才未満児	478	16.8	15.8	185	1.7	122	0.23	0.34	22	2.7	1.3
目標量	462	18.5	12.8	212	2.3	187	0.25	0.27	18	3.7	1.6
充足率(%)	103	91	123	87	74	65	92	126	122	73	81