

6月より、水曜日も
給食です。

令和8年6月の献立

扶桑幼稚園

日付	献立	カロリー
1(月)	ごはん 八宝菜 野菜春巻き 肉焼売 甘酢肉団子 春雨マヨサラダ パイナップル	417Kcal
2(火)	ごはん クリームグラタン チキンナゲット 焼き芋 鶏牛蒡煮 葉大根ソテー オレンジ	483Kcal
3(水)	ごはん 野菜トマトポトフ風煮(鶏団子 じゃが芋 粗挽きウィンナー 人参 ブロッコリー) きんぴら牛蒡炒め ハッシュポテト プチシュークリーム	393Kcal
4(木)	ごはん 豚しゃぶサラダ 半割りコーン ハムカツ 切干大根煮 マカロニカレー炒め 黄桃	397Kcal
5(金)	五目ごはん とんかつ 出し巻き玉子 塩かぼちゃ 回鍋肉 卵の花 茹でキャベツ グレープフルーツ	405Kcal
8(月)	ごはん 野菜かき揚げ 蓮根天ぷら 大根そぼろ煮 おくら和風和え ひじきマヨサラダ みかん	389Kcal
9(火)	ごはん ハンバーグ(ケチャップソース) 薩摩芋素揚げ 根菜煮 ブロッコリー スパゲティー 人参きんぴら炒め メープルプチケーキ	429Kcal
10(水)	ごはん 味噌田楽(焼き豆腐 コンニャク 里芋 大根 がんも) 野菜コロケ ポテトサラダ わらび餅	383Kcal
11(木)	ごはん 蟹玉中華あん 餃子 人参ソテー むき枝豆そぼろ炒め 茹でもやし 海藻サラダ 黄桃	420Kcal
12(金)	誕生会 うどん 竹輪天ぷら オレンジゼリー	472Kcal
15(月)	ごはん 白身フライ 鶏団子(カレーソース) グリーンポテト 大豆昆布煮 信田巻き煮 青りんごゼリー	409Kcal
16(火)	ごはん オムレツ(ビーフソース) 野菜鶏肉巻き 高野豆腐煮 スパゲティー きんぴら牛蒡炒め みかん	418Kcal
17(水)	ごはん 鶏の唐揚げ 焼売 大豆トマト煮 菜の花おひたし オレンジ	428Kcal
18(木)	ごはん 鶏天ぷら 薩摩芋てんぷら 大根フレーク煮 おくら和風和え 牛蒡サラダ ミニ大福餅	394Kcal
19(金)	ごはん 海老フライ(タルタルソース) 粉ふき芋 ブロッコリー 金時豆煮 野菜ビーフン炒め フルーツゼリー	398Kcal
22(月)	ごはん チキンカツ 出し巻き玉子 白さつま揚げ 酢豚風煮 茹でキャベツ 大根青しそサラダ わらび餅	434Kcal
23(火)	ごはん 野菜焼そば ハムステーキ にこちゃんポテト ひじき五目煮 青菜おひたし ミニたい焼き	431Kcal
24(水)	ごはん 煮込みハンバーグ 玉子焼き 人参はんぺい 鶏・大根旨煮 スパゲティー 里芋煮 グレープフルーツ	433Kcal
25(木)	ごはん ささみフライ イタリアンスパゲティー ふっくらオムレツ 肉じゃが煮 豚肉もやしソテー パイナップル	387Kcal
26(金)	ごはん すき焼き風煮 絹厚揚げ・椎茸・人参煮 いか天ぷら カリフラワーツナサラダ 赤かぶはんぺい オレンジ	408Kcal
29(月)	ごはん 韓国風ビビンバ 焼きビーフン じゃが芋素揚げ チジミ コールスローサラダ -ロゼリー	410Kcal
30(火)	ごはん さわら塩焼き 蟹かま天ぷら 蓮根きんぴら炒め 筑前煮 大根サラダ 大学芋	431Kcal

★ 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承下さい。

家庭で出来る食中毒対策

高温多湿となるこの時期は、食中毒を起こす菌が繁殖しやすくなります。回避するには、菌を「つけない、増やさない、殺菌する」が原則。お弁当を作るときには、しっかり手洗いをして調理器具を殺菌しましょう。おかずは、なまものを避け、容器に詰めたら、粗熱を取ってからふたをします。

熱いままふたをすると、水分がこもって菌が繁殖しやすくなります。

