

6月 卵除去食献立予定表

一関南保育園

[6月の目標]

虫菌を
なくしましょう



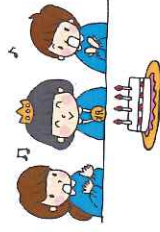
8日(水)
保育参観
(2歳児)



22日(水)

誕生会

ごはんはいりません



日	曜	未満児 おやつ	献立名	調味料	材 料 名	未満児 主食	おやつ	kcal.
1	水	クッキー 牛乳	鶏もも肉の照り焼き ひじきのサラダ 玉葱の味噌汁	醤油 みりん 砂糖 だし汁 味噌 醤油 酢 砂糖 酢 だし汁 味噌	鶏もも肉 ひじき 米	ごはん	大豆コーン 牛乳	未556 以353
2	木	せんべい 牛乳	豚肉の甘酢ソテー お返し 大根の味噌汁	醤油 だし汁 だし汁 味噌 醤油 だし汁	豚バラ肉 かまぼこ かつお節 米 片栗粉	ごはん	きな粉蒸しパン 牛乳	未668 以508
3	金	ビスケット 牛乳	鯉のごまフライ 野菜のツナ和え じゃが芋の味噌汁	醤油 みりん だし汁 味噌 醤油 だし汁	鯉 シーチキン 米 ごま 小麦粉 片栗粉 油 じゃが芋	ごはん	もちもちチーズパン 牛乳	未694 以510
4	土	クッキー 牛乳	カレー 福神漬け 牛乳 オレンジ	カレールー	豚バラ肉 牛乳 米	ごはん	ビスケット ジュース	未661 以488
6	月	せんべい 牛乳	鶏もも肉の照り焼き 春雨サラダ キャベツの味噌汁	醤油 みりん 砂糖 だし汁 味噌 醤油 酢 砂糖 油 だし汁 味噌	鶏もも肉 かにかまぼこ 米 春雨	ごはん	ピザトースト 牛乳	未596 以417
7	火	ビスケット 牛乳	かじきの煮付け ほうれん草のごま和え 豆腐の味噌汁	醤油 砂糖 だし汁 だし汁 味噌 醤油 砂糖 だし汁	かじき 豆腐 米 白すりごま	ごはん	ホットケーキ 牛乳	未619 以432
8	水	クッキー 牛乳	鶏もも肉のごま味噌焼き キャベツ煮 玉葱の味噌汁 メロン	味噌 みりん 砂糖 醤油 みりん だし汁 だし汁 味噌	鶏もも肉 かまぼこ 油揚げ 米 白ごま	ごはん	ピーチケーキ 牛乳	未668 以473
9	木	せんべい 牛乳	ひじきの炒り豆腐 キャベツのおかか和え わかめの味噌汁	醤油 塩 砂糖 みりん だし汁 味噌 醤油 だし汁	豆腐 鶏もも肉 米	ごはん	ヨーグルト 未ビスケット 以サブレ	未618 以439
10	金	ビスケット 牛乳	鶏もも肉の塩唐揚げ きゅうりもみ 大根の味噌汁	塩 砂糖 だし汁 味噌 醤油 だし汁	鶏もも肉 かにかまぼこ 米 片栗粉 小麦粉 油	ごはん	ハインケーキ 牛乳	未530 以327
11	土	クッキー 牛乳	肉じゃが 玉葱の味噌汁 牛乳 オレンジ	醤油 みりん 砂糖 だし汁 味噌 醤油 酢 砂糖 油 だし汁 味噌	豚バラ肉 牛乳 米 じゃが芋	ごはん	ビスケット ジュース	未657 以481
13	月	せんべい 牛乳	焼き魚 すき昆布の煮物 数の味噌汁	醤油 みりん だし汁 だし汁 味噌 醤油 酢 砂糖 油 だし汁 味噌	紅塩鮭 すき昆布 油揚げ かまぼこ 米	ごはん	ゼリー ビスケット	未533 以321
14	火	ビスケット 牛乳	ささみのカレー 野菜のサラダ じゃが芋と油揚げの味噌汁	醤油 カレー粉 醤油 酢 砂糖 油 だし汁 味噌	片栗粉 油 じゃが芋 米	ごはん	野菜蒸しパン 牛乳	未692 以487
15	水	クッキー 牛乳	鶏もも肉のケチャップ焼き 中華風酢の物 大根の味噌汁 オレンジ	塩 ケチャップ 醤油 酢 砂糖 油 だし汁 味噌	鶏もも肉 かにかまぼこ 米 春雨	ごはん	ホットケーキ ジョア	未655 以431
16	木	せんべい 牛乳	味噌焼肉 もやし煮 玉葱の味噌汁	味噌 みりん 砂糖 醤油 みりん だし汁 だし汁 味噌	豚ロース肉 かまぼこ 油揚げ 米	ごはん	ポテトもち 牛乳	未570 以349
17	金	ビスケット 牛乳	和風ハンバーグ キャベツのごま和え わかめの味噌汁	塩 砂糖 醤油 砂糖 だし汁 だし汁 味噌	豚挽き肉 豆腐 わかめ 米 片栗粉 小麦粉 白すりごま	ごはん	人参ケーキ 牛乳	未570 以349
18	土	クッキー 牛乳	鶏肉煮 数の味噌汁	醤油 みりん だし汁 だし汁 味噌	鶏もも肉 かにかまぼこ 米 春雨	ごはん	ビスケット ジュース	未693 以474
20	月	せんべい 牛乳	キャベツと豚肉の味噌炒め きゅうりの酢の物 大根の味噌汁	味噌 砂糖 だし汁 醤油 酢 砂糖 だし汁 味噌	豚バラ肉 わかめ かにかまぼこ 米	ごはん	フルーツポンチ せんべい	未457 以256
21	火	ビスケット 牛乳	鯉の照り焼き ツナサラダ 豆腐の味噌汁	醤油 みりん 醤油 酢 砂糖 油 だし汁 味噌	鯉 シーチキン 豆腐 米	ごはん	ヨーグルト蒸しパン 牛乳	未556 以385
22	水	クッキー 牛乳	チキンライス 鶏もも肉のケチャップ焼き ブロッコリーサラダ コンソメスープ メロン	ケチャップ 塩 ケチャップ 醤油 酢 砂糖 油 コンソメ 塩	鶏もも肉 鶏もも肉 ハム 米	チキン ライス	ケーキ 牛乳	未745 以743
23	木	せんべい 牛乳	コンソメスープ ポーケケチャップ きゅうりのナムル キャベツの味噌汁	ケチャップソース 醤油 酢 砂糖 油 だし汁 味噌	豚ロース肉 米	ごはん	ホットケーキ ジョア	未599 以412
24	金	ビスケット 牛乳	つくねあんかけ ひじき煮 玉葱の味噌汁	醤油 みりん 砂糖 醤油 みりん だし汁 だし汁 味噌	豆腐 鶏ひき肉 ひじき かまぼこ 油揚げ 米 片栗粉 片栗粉	ごはん	ポテトドーナツ 牛乳	未638 以448
25	土	クッキー 牛乳	麻婆豆腐 わかめスープ 牛乳 オレンジ	醤油 みりん 中華だし 醤油 だし汁 味噌	豚ひき肉 豆腐 わかめ 牛乳	ごはん	ビスケット ジュース	未593 以410
27	月	せんべい 牛乳	ドライカレー コンソメスープ バナナ	ケチャップソース 塩 コンソメ	豚ひき肉 米	ごはん	ゼリー せんべい	未415 以196
28	火	ビスケット 牛乳	ミートローフ キャベツのサラダ 鯉の味噌汁 オレンジ	塩 ケチャップ 醤油 酢 砂糖 油 だし汁 味噌	豆腐 鶏ひき肉 かにかまぼこ 米 片栗粉	ごはん	人参蒸しパン 牛乳	未633 以490
29	水	クッキー 牛乳	中華風ローストチキン マカロニサラダ 大根の味噌汁	醤油 みりん 醤油 酢 砂糖 油 だし汁 味噌	鶏もも肉 マカロニ 米 白ごま	ごはん	バナナ せんべい 牛乳	未643 以463
30	木	せんべい 牛乳	かじきの味噌焼き 切干し大根の煮物 じゃが芋の味噌汁	味噌 みりん 砂糖 醤油 みりん だし汁 だし汁 味噌	かじき かまぼこ 油揚げ 米 じゃが芋	ごはん	ホットケーキ ジョア	未646 以443

虫菌は食事の変化で進行が早くなる！？

子どもは発達するにつれて味覚が変わっていく、母乳、離乳食、おやつなどの食感、味覚が発達し、経験によって味を覚えていきます。おやつなど甘いものを覚えていくと量も増え、歯を溶かすスピードも速くなり虫菌の進行も早くなります。虫菌にならないように、大人がお手本を見せて子どもと一緒に歯みがきを習慣づけましょう。

