



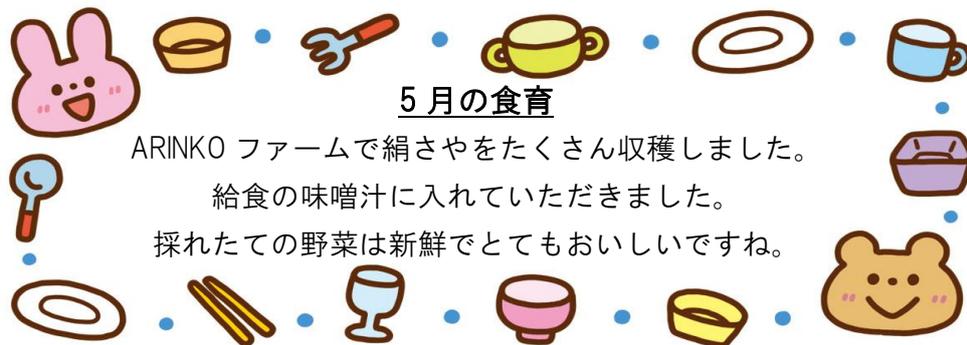
# 6月のメニュー



日	献立	10時	3時のおやつ
2(月)	ビビンバ丼 胡麻和え すまし汁 果物	ビスケット	カレートースト
3(火)	ごはん 魚の照り焼き 大根サラダ 味噌汁 果物	せんべい	お麩のラスク 牛乳
4(水)	ハヤシライス ツナコーンサラダ コンソメスープ 果物	ビスケット	ジャムパン
5(木)	【お弁当の日】 ひじきごはん さっぱりキャベツ 味噌汁 果物	せんべい	きな粉トースト
6(金)	ごはん 豆腐ハンバーグ 温野菜 味噌汁 果物	ビスケット	バナナ蒸しパン
7(土)	親子丼 昆布和え 味噌汁 果物	せんべい	ビスケット
9(月)	キーマカレー キャベツのナムル 豆腐スープ 果物	ビスケット	ツナコーンパン
10(火)	ごはん ポークチャップジンジャー ポテトサラダ 味噌汁 果物	せんべい	ちんすこう
11(水)	ごはん 鮭のムニエル(オーロラソース) 春雨サラダ コンソメスープ 果物	ビスケット	シュガートースト・牛乳
12(木)	醤油ラーメン ポークシュウマイ さっぱりキャベツ 果物	せんべい	鮭おにぎり
13(金)	三色丼 チーズサラダ にんじんスープ 果物	ビスケット	誕生日ケーキ(桃のサンドケーキ)
14(土)	ごはん 煮込みハンバーグ にんじんの甘煮とフロッコリー 味噌汁 果物	せんべい	ビスケット
16(月)	チキンカレー りんごのサラダ コンソメスープ 果物	ビスケット	しらすトースト
17(火)	ごはん 煮魚 マセドアンサラダ 味噌汁 果物	せんべい	あんバターサンド
18(水)	ごはん 鶏のから揚げ スパサラ 味噌汁 果物	ビスケット	お麩のラスク・牛乳
19(木)	【うどんの日】 肉味噌うどん カニカマ入り卵焼き ほうれん草のお浸し 果物	せんべい	わかめおにぎり
20(金)	ごはん 鶏つくね焼き 切り干し大根 味噌汁 果物	ビスケット	焼きポテト
21(土)	ごはん 肉じゃが 浅漬け なめこの味噌汁 果物	せんべい	ビスケット
23(月)	ミートソース 花野菜サラダ 豆腐スープ 果物	ビスケット	塩むすび
24(火)	ごはん 魚の竜田揚げ(きのこあんかけ) 昆布和え 味噌汁 果物	せんべい	ホットケーキ
25(水)	麻婆豆腐丼 枝豆とカリフラワーのサラダ 味噌汁 果物	ビスケット	ジャムパン・牛乳
26(木)	【避難訓練】 わかめおにぎり 魚肉ソーセージソテー 具たくさん豚汁 果物	せんべい	ロールパン
27(金)	ロールパン かぼちゃのコロッケ 野菜のマリネ ほうれん草の卵スープ 果物	ビスケット	きつねむすび
28(土)	チキンカレー ちくわのきゅうり詰め 味噌汁 果物	せんべい	ビスケット
30(月)	ごはん 豚肉の味噌焼き かぼちゃのサラダ すまし汁 果物	ビスケット	きな粉トースト

※10時に TOMATO・ONION クラスはおやつがあります。仕入れの状況によっておやつが変更する場合があります。

※お弁当の日は、普段の給食をお弁当箱に入れ提供します。※牛乳は POTATO・CELERY・CARROT クラスのみあります。



## 5月の食育

ARINKO ファームで絹さやをたくさん収穫しました。  
給食の味噌汁に入れていただきました。  
採れたての野菜は新鮮でとてもおいしいですね。

## 5月の誕生日ケーキ 苺のロールケーキ



## 今月の郷土料理

### 沖縄県の郷土料理「ちんすこう」

#### ●豆知識

ちんすこうの名前の由来は2つある?!

- 1「ちん」は「珍」で「すこう」は「お菓子」という意味の「大変珍しい貴重なお菓子」という意味
- 2「ちん」が「金」で「高価なお菓子」という意味

## 食事の正しい姿勢って?

正しい姿勢で食事ができるように、食事環境を見直してみましよう。テーブルやイスの高さが合っていないと足をブラブラしてしまうなど、食事に集中できません。足の下に台を置くなどして、ふらつかないようにします。また、子どもの視界におもちゃなど気になるものが入らないように片づけることも大切です。

テーブルはひじからか下が自由になる高さ



背中がくっつかないようにクッションなどを入れても  
イスの高さは足の裏が床にしっかりとつく位置に