

2022年6月 ぴっぴ給食・おやつ献立表

月	火	水 1	木 2	金 3
		*ごはん *なべしぎ *スッキーニ炒め *みそ汁 *バナナ *精白米 *豚肉・ピーマン・なす *スッキーニ・ベーコン・人参 *バナナ	*ゆかりごはん *煮魚 *ひじきの和えもの *みそ汁 *精白米・ゆかり *鱈 *ひじき・コーン缶・小松菜 えのき・人参・ごま	*パン *ポトフ *南瓜と豚肉のカレー炒め *ほうれん草お浸し *パン *玉ねぎ・人参・じゃが芋 しめじ・ベーコン・マカロニ *豚肉・玉ねぎ・南瓜・加粉 *ほうれん草・鰹節
		おやつ：パンケーキ おゆきミルク・豆乳	おやつ：パン かにパン	おやつ：鮭ごはん 精白米・鮭フレーク
6	7	8	9	10
*のりごはん *豚玉煮 *人参シリシリ *みそ汁 *バナナ *精白米・刻みのり *玉ねぎ・豚肉・えのき *人参・ツナ缶・コーン缶 *バナナ	*ごはん *麻婆豆腐 *ナムル *春雨スープ *精白米 *豚ミンチ・豆腐・ねぎ しめじ・生姜 *もやし・人参・ごま・ごま油 *春雨・豆腐・えのき・わかめ 大根	*ハヤシライス *フロコリーサラダ *さつま芋甘煮 *大根スープ *精白米・豚肉・玉ねぎ・ルー しめじ・人参・トマト・レ *フロコリー・マカロニ ツナ缶・ボン酢 *さつま芋 *えのき・しめじ・大根・豆腐	*ごはん *豚しょうが焼き *ポテトサラダ *みそ汁 *すいか *精白米 *豚肉・玉ねぎ・えのき・生姜 *じゃが芋・人参・ツナ缶 ボン酢 *すいか	*ごはん *ポークチャップ *南瓜ソテー *玉ねぎスープ *精白米 *豚肉・玉ねぎ・しめじ・人参 ケチャップ *南瓜・ベーコン *玉ねぎ・大根・豆腐 えのき
おやつ：どら焼き おゆきミルク・豆乳・ゆで小豆缶	おやつ：大学芋 さつま芋・ごま油	おやつ：お菓子	おやつ：ジャムサンド パン・ジャム	おやつ：フルーツ寒 寒天・リコゾース・みかん缶
13	14	15	16	17
*ごはん *豆腐の鶏そぼろあん *ピーマンサラダ *みそ汁 *精白米 *豆腐・鶏ミンチ・人参 えのき・生姜 *ピーマン・アスパラ・ツナ缶 コーン缶・すし酢・ごま油	*ごはん *焼き魚 *ひじき大豆煮 *みそ汁 *みかん缶 *精白米 *鮭 *大豆・ひじき・人参・えのき *みかん缶	*ひじきのドライカレー *南瓜サラダ *きのこスープ *ゼリー *精白米・ひじき・人参・玉ねぎ 豚ミンチ・加粉・ケチャップ *南瓜・人参・ツナ缶 *しめじ・えのき・豆腐・大根 *かんでんゼリー	*ごはん *チリコンカン *野菜きんぴら *みそ汁 *精白米 *豚ミンチ・玉ねぎ・大豆・人参 しめじ・ケチャップ *じゃが芋・えのき・うすあげ	*ピビンバ *ナスとツナのアンダンスー風 *わかめスープ *パイン缶 *精白米・豚ミンチ・ごま もやし・人参 *なす・しめじ・ツナ缶 *わかめ・しめじ・大根・豆腐 ごま油 *パイン缶
おやつ：果物 バナナ	おやつ：豆乳フレンチトースト 食パン・豆乳	おやつ：蒸しパン おゆきミルク・豆乳	おやつ：フライドポテト じゃが芋・青のり	おやつ：きなこマカロニ マカロニ・きなこ
20	21	22	23	24
*ごはん *コーンとひき肉の炒め物 *さつま芋ソテー *みそ汁 *精白米 *豚ミンチ・コーン缶・人参 玉ねぎ・生姜 *さつま芋	*パン *ミネストローネ *南瓜そぼろ煮 *彩りおかか和え *パン *トマト缶・じゃが芋・玉ねぎ 人参・しめじ・トマト・ベー *豚ミンチ・南瓜 *小松菜・人参・トマト缶・もやし 鰹節	*ごはん *豆腐チャンプルー *小松菜ナムル *みそ汁 *精白米 *豆腐・豚肉・もやし・人参 鰹節・ごま *小松菜・人参・ごま・ごま油	*ごはん *すき焼き風煮 *ほうれん草ごま和え *すまし汁 *ゼリー *精白米 *豚肉・白菜・豆腐・心 玉ねぎ・えのき *ほうれん草・ごま *えのき・わかめ・大根・豆腐 *かんでんゼリー	*ごはん *肉じゃが *キャベツ洋風煮 *みそ汁 *バナナ *精白米 *豚肉・玉ねぎ・じゃが芋 人参・糸コン *キャベツ・ベーコン フロコリー *バナナ
おやつ：豆腐ドーナツ おゆきミルク・豆腐	おやつ：青菜ごはん 精白米・青菜ふりかけ	おやつ：ツナポテト じゃが芋・ツナ缶	おやつ：煮込みマカロニ トマト・人参・玉ねぎ・鶏ミンチ	おやつ：焼き芋 さつま芋
27	28	29	30	
*カレーライス *マカロニサラダ *南瓜スープ *みかん缶 *精白米 *豚ミンチ・豚肉・じゃが芋 人参・玉ねぎ・カレールー *フロコリー・マカロニ ツナ缶・ボン酢 *南瓜・玉ねぎ・豆腐・しめじ *みかん缶	*小松菜鶏どんぶり *人参スープ煮 *すまし汁 *すいか *精白米・小松菜・鶏ミンチ 人参・ごま油 *人参・コーン缶・ベーコン *えのき・わかめ・大根・豆腐 *すいか	*青菜ごはん *炒り豆腐 *ジャーマンポテト *みそ汁 *精白米・青菜ふりかけ *豚ミンチ・豆腐・人参 ひじき・えのき *じゃが芋・玉ねぎ・ベー ン	*ごはん *さつまいもきんぴら *小松菜ツナ炒め *みそ汁 *精白米 *さつま芋・豚肉・人参・イガ *小松菜・ツナ缶	
おやつ：きなこトースト 食パン・きなこ	おやつ：パンケーキ おゆきミルク・豆乳	おやつ：フルーツ みかん缶・バナナ・リコゾース	おやつ：お菓子	

- *食物アレルギーのあるお子様はご相談ください。尚、給食では卵・牛乳は一切使用していません。
- *食物アレルギーがある場合は、医師記入の「アレルギー疾患生活管理指導表」の提出が必要です。対応決定までお弁当・おやつは持参していただきます。
- *味噌汁は、旬の野菜・きのこ・イモ類・海藻より2~3種、大豆製品（豆腐、うすあげ、厚揚げ）など1種を入れています。
- *給食・おやつは変更することがあります。変更・追加した場合は、玄関に掲示させていただきます。
- *調味料として使用する塩、砂糖、醤油、味噌、出汁、パイナップル、なたね油、粉類は献立表に明記していません。

♪ ランチだより ♪

梅雨時期は食中毒のシーズンでもあります。家庭でできる予防法をお伝えします。

1. 生鮮食品は期限表示などを確認し、新鮮な物を購入する。
2. 冷蔵庫は10℃以下冷凍庫はマイナス15℃以下が目安で、庫内では肉汁などが他の食品に付かないように保存する。
3. 調理の前や肉、魚、卵を扱った後には必ず手洗いをする。
4. まな板や包丁などの調理器具は消毒をする（漂白剤や熱湯消毒が効果的）
5. 加熱は中心部までしっかりする。目安は75℃1分間以上。
6. 盛り付けは、清潔な手、清潔な食器を使い、室温に長く放置しない。

〈 お願い 〉

毎月、献立表は必ず目を通していただき、ぴっぴで初めて口にする食材や調味料がないよう、ご確認をお願いいたします。