



給食だより

2025年6月号

川口西こども園・調理室

今年も梅雨の時期がやってきました。この時期は気温の変化もあり、いつも元気な子ども達も体がだるく感じたり食欲がなくなったりと体調を崩しやすい季節です。毎日を元気に過ごすためにも、日々に手洗い・うがいを心がけていきましょう！！

食中毒にご用心！

じめじめとした梅雨や気温の高い時期は、食中毒の主な原因となる細菌が増殖しやすいため、最も発生しやすくなります。

こども園では、手洗いや食べ物の扱いなど、職員や子どもたちみんなが注意しています。ご家庭でも十分に注意してくださいね！！

食中毒の予防3原則

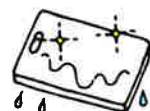
① 菌をつけない・・・必ず手洗いをする。

生食用の食品と加熱用の食材を一緒にしない。

② 菌を増やさない・・・調理したものはすぐ食べる。たべない時は冷蔵庫に入れる。

③ 菌をやっつける・・・十分加熱して菌を殺す。

ふきんや調理器具は、消毒・殺菌する。



今月の献立から

◎魚の甘酢漬け◎

材料(4人分)

生さけ(切り身)・・・4切れ
片栗粉・・・12g
揚げ油・・・適量
砂糖・・・6g
しょうゆ・・・8g
酢・・・12g

- ① 魚は、水で洗い、ザルにあげて水気をきっておく。
- ② 魚に片栗粉をまぶし、油で揚げる。
- ③ 揚げた魚を合わせた調味料に漬ける。



6月のおやつ予定表



おやつには牛乳がつきます。

	曜日	朝 (1・2歳児のみ)	昼(全児)	日	曜日	朝 (1・2歳児のみ)	昼(全児)
1	日			16	月	あられ麩	マーブルケーキ
2	月	蒸しパン	キャロットケーキ	17	火	フルーツカナッペ	大豆と小魚のごまがらめ
3	火	たべっこどうぶつ	サッポロポテト	18	水	ベイクドかぼちゃ	じゃこ菜めし
4	水	マカロニきなこ	フルーツ寒天	19	木	ラスク	オレンジゼリー
5	木	マンナビスケット	もちもちパン	20	金	ホットケーキ	みたらしポテト
6	金	クラッカー ジャムサンド	レタスチャーハン	21	土	ぱりんこ	雪の宿
7	土	きなこもちせん	サラダせん	22	日		
8	日			23	月	コーンの カップケーキ	ミルクくずもち
9	月	バナナの ヨーグルト和え	マーラカオ	24	火	たまごボーロ	星たべよ
10	火	ジャムパイ	ベジたべる	25	水	お麩のラスク	とんがりコーン
11	水	チーズカナッペ	おにぎりせんべい	26	木	オレンジ蒸しパン	きな粉ラスク
12	木	カップケーキ	ピザトースト	27	金	クラッカーと果物	ブルーベリー チーズケーキ
13	金	じゃがいもの オーブン焼き	ヨーグルト和え	28	土	ミニサラダ	源氏パイ
14	土	アンパンマン ソフトせん	ぼたぼた焼き	29	日		
15	日			30	月	シュガーパイ	かぼちのクッキー

今月のおやつから

◎もちもちぱん◎

材料(4人分)

白玉粉・・・40g
水・・・40g
ホットケーキミックス・・・10g
粉チーズ・・・20g
牛乳・・・40g

作り方

- ① ボールに白玉粉を入れ、水を少しずつ加えながら、耳たぶくらいのかたさになるまで練る。
- ② ①にホットケーキミックス・粉チーズ・牛乳を加えて練る。
- ③ ②を丸め、約2cmの高さに平らくつぶし、180℃のオーブンで15分～20分焼く。