



2024年 6月 予定献立表



この花ナーサリ学童クラブ

日 曜	時間帯	献立名	材 料 名		
			黄	赤	緑
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
01 土	昼食	中華丼 かぼちゃサラダ 春巻き みそ汁(だいこん・しめじ) ウエハース	米、ごま油、片栗粉 マヨネーズ(ノンエッグ) ウエハース(小麦・乳・卵・大豆)	豚肉 赤ハム(鶏・豚・大豆・乳) 春巻き(小麦・大豆・ごま・豚肉・ゼラチン) みそ	ほうさい、たけのこ、にんじん、ごまつら、しいたけ、きくらげ かぼちゃ、きゅうり、コーン だいこん、しめじ
	おやつ	ヒラヤーチー(もずく)	小麦粉、油	もずく、ツナ缶、卵	にら
03 月	おやつ	スティック菓子(ごま)	小麦粉、ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、油	卵	ごま
04 火	おやつ	おにぎり(わかめ・ごま)	米		いりごま
05 水	おやつ	おからバナナマフィン	ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、バター(乳)	卵、牛乳、おから	バナナ、レモン
06 木	おやつ	支那そばチャンプルー	沖縄そば、油	ツナ缶	たまねぎ、にら
07 金	おやつ	ジャムサンド	食パン(小麦)		ブルーベリージャム
08 土	昼食	ごはん 納豆 鶏肉と大根の煮物 干草焼き そうめん汁 フルーツ缶	米 そうめん	納豆 鶏肉 卵、ひじき	だいこん、にんじん、いんげん、しいたけ ほうれんそう、にんじん ねぎ パイナップル
	おやつ	午 前 保 育			
10 月	おやつ	フレンチトースト	食パン	牛乳、卵	
11 火	おやつ	クファージュシー	米	豚肉、ひじき	にんじん、にら、しいたけ
12 水	おやつ	焼きそば	焼きそば麺(小麦・大豆)、ごま油	豚肉、あおのり	キャベツ、にんじん、ピーマン
13 木	おやつ	牛乳 コーンフレーク	コーンフレーク(乳・大豆)	牛乳	
14 金	おやつ	おにぎり(みそ) 小魚(ごま)	米	みそ 小魚(ごま・大豆・小麦)	
15 土	昼食	ごはん 酢豚 マカロニサラダ みそ汁(とうがん・しめじ) ウエハース	米 油、片栗粉 マヨネーズ(ノンエッグ)、マカロニ ウエハース(小麦・乳・卵・大豆・ゼラチン)	豚肉 みそ	キャベツ、コーン、きゅうり とうがん、しめじ
	おやつ	フライドポテト チーズ	フライドポテト	ベビーチーズ(Fe・Ca)	
17 月	おやつ	ホットドッグ	ロールパン、マヨネーズ(ノンエッグ)	ウインナー(乳・鶏・豚)	キャベツ、にんじん
18 火	おやつ	蒸しカステラ(黒糖)	強力粉(小麦)、黒糖	牛乳	
19 水	おやつ	豆腐ドーナツ(粉糖)	ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、油	豆腐	
20 木	おやつ	まめびよ メロンパン	メロンパン(小麦・卵・乳・大豆)	まめびよ(大豆)	
21 金	おやつ	おにぎり(さけ・ごま)	米	さけ	いりごま
22 土	昼食	チキンライス ポテトサラダ ミートボール 野菜スープ フルーツ缶	米、油 じゃがいも、マヨネーズ(ノンエッグ) 油	鶏もも肉 ミートボール(乳・小麦・鶏・豚)	たまねぎ、ミックスベジタブル きゅうり、にんじん キャベツ、にんじん、たまねぎ みかん缶
	おやつ	野菜ジュース ホットケーキ	野菜ジュース(りんご) ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、メープルシロップ	牛乳、卵	
24 月	おやつ	ココアブラウニー	小麦粉、油、粉糖	卵、牛乳	
25 火	おやつ	黒糖バナナケーキ	ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、バター(乳)、黒糖	卵、牛乳、脱脂粉乳	バナナ
26 水	おやつ	芋てんぷら	さつまいも、小麦粉、油	卵	
27 木	おやつ	ゼリー バナナ			バナナ
28 金	おやつ	おにぎり(菜飯・しらす)	米	しらす干し	
29 土	昼食	麦ごはん ピザバーグ 野菜炒め みそ汁(もずく) フルーツ缶	米、押麦 パン粉(小麦) 油	牛豚合びき肉、チーズ(乳)、牛乳、卵 揚げ豆腐、豚肉 もずく、みそ	ピーマン、たまねぎ、にんじん キャベツ、もやし、にんじん、にら ねぎ みかん
	おやつ	乳酸菌飲料 きなこケーキ	小麦粉、油	乳酸菌飲料(乳) 卵、牛乳、きな粉	

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することがあります。



きゅうしょくだより

令和6年6月
この花ナーサリ
この花KidsRoom



梅雨に入り、気温も湿度も高い日が続いています。天気の変化も激しく、食欲も落ちて体調を崩しがちです。また、この時期から夏場にかけて、毎年食中毒の発生が多くなってきます。手洗い・うがいはもちろん、生活リズムを整え元気に梅雨の季節を乗り越えましょう。キッチンでも食中毒予防に努め、安全に食事が提供できるよう注意して調理することを心がけます。

～子どもの誤嚥・窒息に注意しよう～

ここのところ学校や保育施設等での誤嚥事故をよく耳にします。子どもは飲み込む機能や噛む力が未熟で、のどに食べ物が詰まりやすいです。誤嚥・窒息の危険から子どもたちを守るために、注意が必要な食材や誤嚥につながりやすい行動、対策などを頭に入れ、食べているときは目を離さずに見守りましょう。

△ 注意が必要な食べ物 △

- ・弾力があるもの → ごんにゃく、きのこ、練り製品など
- ・なめらかなもの → 熟れた柿やメロン、豆類、ゼリーなど
- ・球形のもの → プチトマト、ぶどう、さくらんぼ、うずらの卵、キャンディーチーズ、あめ、ラムネなど
- ・粘着性が高いもの → もち、白玉団子、ごはんなど
- ・固いもの → かたまり肉、イカ、えびなど
- ・唾液を吸うもの → パン、ゆで卵、さつまいもなど
- ・ばらつきやすいもの → ひき肉、ブロッコリーなど

「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」より

誤嚥・窒息予防のために

- ・ながら食べをしない
- ・姿勢を整えて食べる
- ・水分を摂り、のどを潤してから食べる
- ・口の中に食べ物を入れたまま喋らない
- ・詰め込みすぎない

園の給食では、誤嚥のリスクがある食材は使用を検討し切り方を工夫して提供しています。球形のプチトマトやぶどう、キャンディーチーズ、ミニゼリー、粘着しやすいお餅や団子などは給食に出さないようにして誤嚥を未然に防いでいます。ご家庭でも誤嚥・窒息につながりやすい食材を使用する場合には十分に注意し、小さく切るなどの工夫をしていただきたいと思います。お誕生会や園外保育でお弁当を持たせる場合にも、のどに詰まらせないような食材の選定・配慮を改めてお願い致します。

