

# ぱくぱくカレンダー

ちゃやこどもえん

令和7年

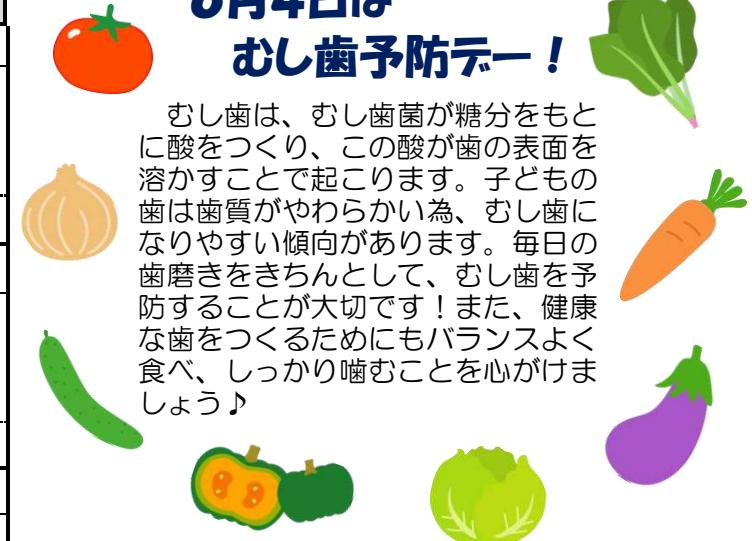
6月

梅雨の季節がやってきましたね。雨の日が続くことで湿度が上がり、菌が繁殖しやすい条件が増え、食中毒が起こりやすい時期になります。食中毒予防のための3原則、①つけない（手洗いなどをする）、②増やさない（調理後はすぐ食べる）、③やっつける（しっかりと加熱）を意識し、衛生面に気をつけて元気に過ごしましょう！

月	火	水	木	金	土
<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
ごはん えびと豆腐のチリソース風 チンゲン菜のスープ	ビビンバ わかめスープ くだもの	ごはん 豆腐ボール 付け合せ えのきだけの味噌汁	ごはん 魚のピザ風 付け合せ マカロニスープ	ごはん ワンタンスープ ベーコンと野菜のソテー	野菜ラーメン 即席漬け
みたらし団子	水ようかん	プレーンクッキー	しらすトースト	バナナマフィン	♪お楽しみ♪
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>◆12◆</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
パン カレーシチュー 大根サラダ	中華風大豆ごはん バンサンスー もやしスープ	ごはん 魚の西京焼き はりはり和え わかめのすまし汁	<b>ごはん カラフル焼肉 春雨スープ</b>	ごはん ※筑前煮 和風サラダ	スパゲティナポリタン スティック野菜
麩のラスク	フルーツケーキ	ソーセージパイ	<b>あじさいゼリー</b>	ブリトー	♪お楽しみ♪
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
ごはん トマトと卵のスープ 中華炒め 一口ゼリー	梅じゃこごはん ひじき入りサラダ 厚揚げの味噌汁	ごはん 炒り豆腐 酢の物 くだもの	ごはん 田舎汁 ワインナー おひたし	ごはん 魚のトマトソースかけ 付け合せ 野菜スープ	冷やし鶏肉ぶっかけ 千草和え
枝豆チーズ蒸しパン	ポテトもち	キャロットドーナツ	セサミクッキー	ジャムサンド	♪お楽しみ♪
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
ジャージャーめん にらと豆腐のスープ 一口ゼリー	パン チキンピーンズ キャベツサラダ	パエリア風 コンソメスープ くだもの	ごはん 魚のカレー醤油焼き もやしのおかか和え 大根の味噌汁	ごはん ポテトグラタン オニオンスープ	のりバタースパゲティ ハムサラダ
ヨーグルトババロア	カリカリ煮干し	ザクザクッキー	豆腐かりんとう	ごまトースト	♪お楽しみ♪
<b>30</b>	<b>旬の野菜 ～えんどう豆～</b>				
ごはん ごま味スープ 付け合せ ちくわの磯辺揚げ シューアイス	<p>えんどう豆は、実は収穫時期によって名称が変わり、その食感もさまざまな野菜！</p> <p>芽を食べる場合「豆苗」、若いさやの状態で食べる場合「サヤエンドウ（スナップエンドウ、絹さや）」</p> <p>未成熟の実を食べる場合「グリーンピース」、成熟し乾燥させた実を食べる場合「エンドウ豆」と呼ばれ、色々な姿になります☆春から初夏までが旬なので、この時期に食べてみてくださいね♪</p>				

市の統一献立に基づいて作成しています。★自由献立(園でのオリジナル献立) ◆なかよし献立 ※かみかみ献立

## 6月4日は むし歯予防デー！



### ☆レシピ紹介☆

26日  
登場！

### ～魚のカレー醤油焼き～

材 料 (4個分)

さわら…4切れ  
しょうゆ…小さじ1  
酒…小さじ2  
カレー粉…1g  
砂糖…小さじ1



①☆のタレに30分程漬けこむ。

②フライパンで魚を焼く。  
焦げやすいので注意！  
(クッキングシートや、  
焦げつかないアルミホイルを使うのがおすすめです)

③魚の中まで火が通れば、完成！