

# 6月給食だより

令和8年5月28日  
ゆりかごこども園  
栄養士 横山 知沙

太陽の光が力強さを増し、新たまねぎ、新じゃがいもなど、たくさんのみずみずしい春野菜を給食では食べています。

6月は、温度、湿度がともに上がり、食中毒が発生しやすくなるので十分気をつけて食事作りをしましょう。

## 乳幼児期の食事

乳幼児期の食事は、「おいしく食べる・楽しく食べる・他者と共に食事を楽しむことができるようになるためには、重要な役割をもっています。どのような食生活をしたかは心に焼き付けられ、大人になてからの人格形成に大きな影響を及ぼすこと、またどのような食品を食べたかということではなく、「どのような状況で」食べたかということの方が大きな意味を持つてくる場合が多いとも言われています。

食事の楽しさを伝えるには、子どもの表情や動作から「おいしいね」「あ、はいね」など、子どもが感じていることを言葉にして表すこと、子どもの集中が途切れない程度に食べている食材や献立を伝えること、そして何より介助している大人の表情・雰囲気も子どもにとって心地よいことが大切です。

子どもに限らず人間は、体の栄養だけでなく、心の栄養も食事の時間から吸収していることを心に留め、日々の食事を丁寧にしていくことが大切です。

成長過程にある乳幼児期、食べるという行為や時間が、子どもたちや介助する大人にとっても幸せな時間であるような食事の場を作っていきましょう。



# 給食献立表 6月

日付	献立	おやつ	日付	献立	おやつ
1 (月)	肉じゃが キャベツの浸し バナナ	カレー 蒸パン	16 (火)	レバニラ炒め バナナ ツナとアスパラのごま和え	魚塩ふろ おにぎり
2 (火)	魚のコンソメスープ 茹野菜 じゃがいものきんぴら オレンジ	LYオムレツ ケーキ	17 (水)	魚のてし焼 和風サラダ 人参の甘煮 キウイ	じゃがいも もち
3 (水)	さばのみそ煮、ごま酢和え 粉ふきもち オレンジ	冷やし そうめん	18 (木)	オムレツ 茹キャベツ 糸切り昆布の煮付 パイン	きな粉 ラスク
4 (木)	あじさいシマイ 人参の甘煮 キャベツのレモン酢和え キウイ	お好み焼 パン	19 (金)	和風ハンバーグ 野菜ソテー パンプキンスープ オレンジ	パイン ケーキ
5 (金)	肉みそ丼 キャベツの即席漬 パイン	かぼち フッキー	20 (土)	焼きうどん 塩もみキャベツ パイン	おかし
6 (土)	焼きそば かすりの佃煮 バナナ	おかし	22 (月)	《自家弁当持参》	乳酸菌 ヨーグルト
8 (月)	魚のさば焼 酢のもの かぼちのさば煮 パイン	にんじん ケーキ	23 (火)	《お楽しみ献立》 《主食はいただきます》	ブルーベリー チーズケーキ
9 (火)	お好み焼 茹グリンアスパラ オレンジ	ミルク くずもち	24 (水)	鶏肉のてし焼 中華あん キャベツの即席漬 パイン	かぼち パイ
10 (水)	魚のフライ 人参の甘煮 切干大根の酢のもの バナナ	ココア ゼリー	25 (木)	大豆のいそ煮 バナナ しらすと小松菜の和えもの	フルーツ 寒天
11 (木)	トマトとナスのスパゲティ パイナップルかぼち パイン	レタス チキン	26 (金)	さばのケチマからめ かぼちの煮付 小松菜の浸し キウイ	印パン
12 (金)	ハッシュドビーフ オレンジ 大根とキャベツの和風サラダ	たこ ボール	27 (土)	《パン給食》 《主食はいただきます》	おかし
13 (土)	《パン給食》 《主食はいただきます》	おかし	29 (月)	卵とじ 粉ふきもち パン ピーマンとちりめんのしょう油炒り	ショートブレッド フッキー
15 (月)	魚の五目あんかけ ステーキキャベツ キウイ	りんご ゼリー	30 (火)	魚の甘酢漬 人参の煮付 しゃいげんのソテー オレンジ	洋風 おかし