

第二ゆりかごWEC学院

2026



給食だより

シトシジメジメ、雨が多く、湿度が高いこの時期は、食中毒が発生しやすい時期でもあります。食中毒は、生肉や加熱が不十分な肉料理を食べることで発生します。生肉に触れたまな板や包丁などからも、他の食品に菌が付着して感染してしまうことがあるので気をつけましょう。食中毒や感染症予防のためには、石けんを使ってしっかり手を洗うことが大切です。清潔なタオルで水気をふき取り、アルコールをすり込みましょう。



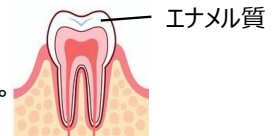
乳歯と虫歯について



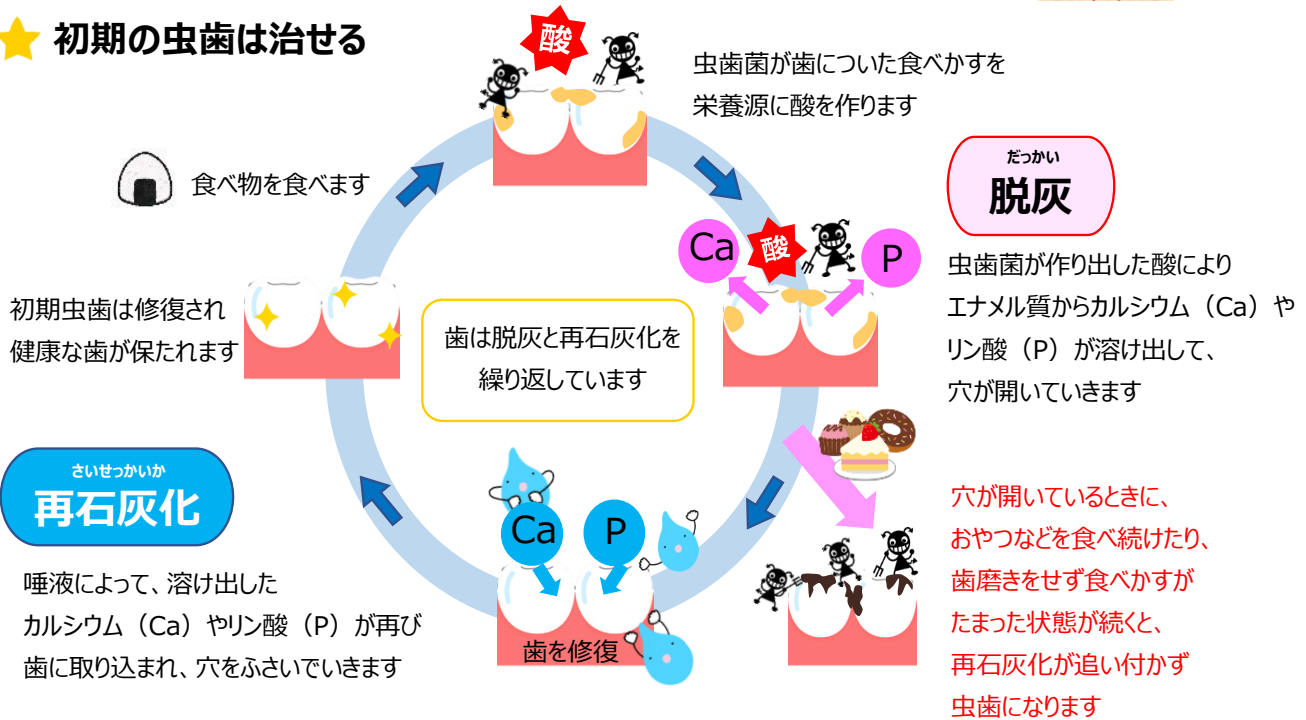
【6/4~10は歯の衛生週間】

★ 乳歯は虫歯になりやすい

歯の一番外側の層を「エナメル質」と言います。乳歯のエナメル質の厚さは、永久歯のエナメル質の半分ほどしかありません。そのため、穴が開きやすく虫歯が進行しやすくなります。



★ 初期の虫歯は治せる



★ 乳歯の虫歯による影響

乳歯を健康に保つことは、子供の心身の成長や、次に生えてくる永久歯に影響します。歯磨きの実践を心がけましょう。

① 十分な栄養がとれない

乳歯が虫歯になると、痛みがあったり、ひどい場合には穴があいて、ものがしっかり噛めなくなります。よく噛めないと、唾液が十分に分泌されないので、栄養の吸収が悪くなります。



② 偏食の原因になる

乳歯が虫歯になり、ものがしっかり噛めなくなることで、かたいものを嫌うようになり、偏食の原因になります。



③ 永久歯の歯並びが悪くなる

きちんと噛めないと、あごが発達せず、永久歯の並ぶスペースがなくなってしまいます。また、乳歯が虫歯によって早く抜けると、永久歯は目標を失って、正しい位置に生えてくれません。



④ 永久歯の虫歯が多くなる

虫歯の乳歯を放置してしまうと、虫歯菌が神経まで浸食し、乳歯のすぐ下にある永久歯にまで影響を及ぼしてしまいます。また、歯並びが悪くなることで、磨き残しが多く、虫歯になりやすくなります。





6月 献立表

※フルーツは、りんご、バナナ、オレンジ
の中からの使用となります

曜日	月	火	水	木	金	土
日	1★牛乳の日	2	3	4★虫歯予防デー	5	6
献立	ごはん 鶏肉のレモン醤油焼き いんげんの和え物 チンゲン菜のスープ トマト	黒糖パン ポークチャップ キャベツとツナのサラダ えのきの味噌汁 トマト	ごはん 白身魚のごまだれ焼き ひじき煮 白菜のすまし汁 フルーツ	大豆とごぼうのカレーライス グリーンサラダ フルーツ	ごはん 鶏肉の唐揚げ 胡瓜とちくわの梅のり和え 大根の味噌汁 トマト	豚丼 具だくさん味噌汁 フルーツ
おやつ	マドレーヌ 牛乳	フルーツヨーグルト	オレンジゼリー せんべい	黒糖蒸しパン 牛乳	ココアクッキー 牛乳	クリームパン 牛乳
日	8◆未来に残すべき和食	9	10	11	12	13
献立	ごはん 白身魚のおろし煮 ◆クーブイリチー(沖縄県) けんちん汁 フルーツ	鶏ときのこの和風パスタ ポテトサラダ ほうれん草のスープ フルーツ	ごはん 肉じゃが キャベツの酢の物 豆腐の味噌汁 トマト	ごはん さばの塩焼き ほうれん草のごま和え 若竹汁 フルーツ	ごはん 鶏肉と根菜の煮物 コールスローサラダ じゃが芋の味噌汁 トマト	焼きそば 切干大根のサラダ フルーツ
おやつ	ドームケーキ 牛乳	若菜おにぎり お茶	カステラサンド 牛乳	あじさいゼリー	バナナケーキ 牛乳	ヨーグルト クッキー
日	15★生姜の日	16	17	18	19★お誕生会	20
献立	ごはん 豚肉の生姜炒め ひじきのごまあえ 豆乳味噌汁 トマト	ミルクパン 鱈のマヨネーズ焼き 胡瓜の和え物 キャベツのスープ トマト	焼き鳥丼 ブロッコリーのおかか和え しめじのすまし汁 フルーツ	ごはん 白身魚のカレームニエル アスパラきのコンソテー 揚げの味噌汁 フルーツ	小松菜とじゃこの混ぜご飯 三元豚ヒレカツ スパゲティサラダ たまごスープ フルーツ	中華丼 具だくさんスープ フルーツ
おやつ	シフォンケーキ 牛乳	さつま芋蒸しパン 牛乳	えびせん お茶	ごまちんすこう お茶	米粉のココアブラウニー 白ぶどう&ほうれん草ジュース	メロンパン 牛乳
日	22	23	24★まごわやさしいデー	25	26★ちらし寿司の日	27
献立	お弁当日	豆腐ブレッド 豚肉のビーフン炒め ブロッコリーの中華和え ほうれん草のスープ トマト	ごはん 白身魚のねぎ焼き さつま芋と切り昆布の煮物 根菜味噌汁 フルーツ	ごはん 手作りさつま揚げ 海藻カラフルサラダ もやしのスープ トマト	ちらし寿司 鶏肉の味噌焼き ほうれん草お浸し 豆腐のすまし汁 フルーツ	わかめうどん チキンナゲット フルーツ
おやつ	たい焼き お茶	わかめおにぎり お茶	ソーセイジパン 牛乳	レーズンケーキ 牛乳	フルーツポンチ	ヨーグルト ビスケット
日	29	30	<p>クーブイリチー (沖縄県) クーブとは昆布のことで、イリチーとは乾物や根菜類を炒めて、だしを含ませるように煮込んだものです。主にハレの日に作られていました。 また、昆布は江戸時代に北海道から移入され、琉球料理として定着したと言われています。 使用する持続可能な未来の食材は…大豆</p>			
献立	ごはん カレイの唐揚げ 小松菜のおかか和え しめじの味噌汁 フルーツ	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ひじきサラダ 玉ねぎの味噌汁 トマト				
おやつ	アメリカンドッグ 牛乳	チーズポテト お茶				

※牛乳…丈夫な体づくりに有効です。ご家庭でもコップ1杯程度飲むよう心掛けていきましょう。

はな組(完了期)・つぼみ組・もも組(1・2歳児)

曜日	月	火	水	木	金	土
日	1	2	3	4	5	6
おやつ	クラッカー 牛乳	ちりめん お茶	クッキー 牛乳	みかん缶	コーンフレーク 牛乳	せんべい 牛乳
日	8	9	10	11	12	13
おやつ	ウエハース 牛乳	チーズ お茶	ビスケット 牛乳	ふんわりコーン 牛乳	人参スティック お茶	ビスコ 牛乳
日	15	16	17	18	19	20
おやつ	コーンフレーク 牛乳	黄桃缶	ヨーグルト	せんべい 牛乳	ちりめん お茶	クラッカー 牛乳
日	22	23	24	25	26	27
おやつ	パン りんごジュース	ふんわりコーン 牛乳	どうぶつビスケット 牛乳	ビスコ 牛乳	チーズ お茶	ウエハース 牛乳
日	29	30				
おやつ	せんべい 牛乳	人参スティック お茶				