

平成29年度7月献立予定表

※都合により献立、材料を変更する場合があります。

詳しくは、給食室までお尋ねください。

日	曜	昼食	3時	3歳未満児追加献立	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をとのえる		
1	15	29	土	シーフードスパゲティ すいか	牛乳 丸ボーロ	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ ベーコン いか え び 粉チーズ コ ンソメ	スパゲティ 植物油 丸ボーロ	たまねぎ にんじ ん こまつな すい か
3	31	月	麦ごはん 野菜スープ(ほうれんそう) 夏野菜のキーマカレー かぼちゃとツナのサラダ	アイス クリーム ウエハース	牛乳 バナナ	牛乳 鳥がらだし 牛ひき肉 豚ひき 肉 まぐろ油漬(缶) アイスクリーム	精白米 麦 植物 油 カレールウ マ ヨネーズ ウエハー ス	バナナ ほうれんそう たまね ぎ パセリ なす にんじん スウ キニ にんにく グリンピース トマト ホール カット(缶) コ ーン(缶) トマト ケチャップ かぼちゃ	
4	18	火	パン 鶏のから揚げ ゆでとうもろこし ミネストローネスープ	スキムミルク きょうだいかん	牛乳 メロン	牛乳 鶏肉 ベー コン 鳥がらだし 脱脂粉乳 寒天 あずき(缶) 豆乳	ミルクパン 片栗粉 揚げ油 じゃがい も 植物油 砂糖 (三温糖)	メロンしょうが スイ ート コントマト たまね ぎ キヤベツ にんじん マッ シヨール(缶) グリンピー ス	
5	19	水	麦ごはん 中華風冷奴 きゅうりの塩もみ 豚汁(じゃがいも)	スキムミルク レーズン スコーン	牛乳 ネーブル	牛乳 ロースハム 木綿豆 腐 かつおだし 豚肉 油揚げ 煮干しだし 米みそ 麦みそ 脱脂 粉乳 鶏卵	精白米 麦 すりごま ごま油 砂糖(三温糖) じゃがいも 植物油 ホットケーキミックス 無塩 バター	ネーブル 青ねぎ レモ ン(汁使用) きゅうり だいこん にんじん ご ぼう こんにやく こま つな 干しぶどう	
6	20	木	麦ごはん ムニエル 20日:麻婆豆腐 レタス オクラのスープ	豆乳 マドレーヌ	牛乳 せんべい	牛乳 白身魚 鶏 卵 鶏肉 鳥がら だし 豆乳	せんべい 精白米 麦 小麦粉 植物油 マーガ リン マヨネーズ いりごま 黒砂糖 ごま油	たまねぎ パセリ タトメ オクラに んじん セロリー え のきたけ	
7	21	金	麦ごはん みそ汁(かぼちゃ) 大豆の五目煮 切干しだいこんの和え物	スキムミルク 黒糖ゼリー バナナ	牛乳 ぶどう	牛乳 煮干しだし 米 みそ 麦みそ 鶏肉 だ いず 野菜昆布 まぐ ろ油漬(缶) 脱脂粉乳 寒天 きな粉	精白米 麦 じゃ がいも 植物油 砂糖(三温糖) 黒 砂糖	ぶどう かぼちゃ たまね ぎ 青ねぎ こんにやく ごぼう にんじん さやいん げん しょうが 切干だい こん きゅうり バナナ	
8	22	土	五目そうめんの むヨーグルト	牛乳 バームクーヘン	牛乳 もも(缶)	牛乳 鶏卵 鶏肉 かつお・昆布だ し 含脂加糖ヨー グルト	そうめん 砂糖 (三温糖) バーム クーヘン	もも(缶) トマト き ゅうり 乾しいたけ しいたけだし	
10	24	月	パン ミートボールチートマト風味 ひじきとズッキーニのサラダ	すいか ビスケット	牛乳 チーズ	牛乳 プロセス チーズ 豚ひき肉 鶏卵 鳥がらだし コンソメ ひじき	ロールパン 片栗 粉 じゃがいも 砂 糖(三温糖) オ リーブ油 ビスケット	たまねぎ キヤベツ グリーンアスパラガス にん じん トマト、ホール、カ ット(缶) トマトピュー レ スズキニ すいか	
	25	火	麦ごはん 揚げ魚のあんかけ わかめスープ(えのきたけ)	スキムミルク おからマフィン	牛乳 せんべい	牛乳 白身魚 塩 わかめ 鳥がらだ し 脱脂粉乳 鶏 卵 おから	せんべい 精白米 麦 片栗粉 揚げ油 植物油 砂糖(三 温糖) ごま油 小麦粉 バター	キャベツ にんじん もや したまねぎ さやいん げん しょうが えのき たけ ほうれんそう 青 ねぎ	
	12	26	水	麦ごはん すまし汁(にら) 冬瓜のそぼろ煮 小松菜の炒め物	ラッシー フライドポテ ト ネーブル	牛乳 バイン(缶)	牛乳 木綿豆腐 煮干 しだし 鶏ひき肉 か つおだし えび 脱脂 粉乳 ドリンクヨー グルト	精白米 麦 植物 油 砂糖(三温糖) 片栗粉 じゃがい も 揚げ油	バインアップル(缶) にら とうがんにんじん し めじ グリンピース こま つな コーン、ホール(缶) ネーブル
	13	27	木	麦ごはん 魚のパン粉焼き レタス 豆腐のクリームコーンスープ	スキムミルク クラッカー 枝豆(以上児) バナナ(未満児)	牛乳 ぶどう	牛乳 白身魚 鶏卵 粉チーズ 豚肉 木 綿豆腐 脱脂粉乳 鳥がらだし	精白米 麦 バン粉 マーガリン 植物油 小麦粉 クラッカー	ぶどう パセリ レタ ス、クリーム(缶) コ ーン、ホール(缶) たまね ぎ にんじん えだまめ バナナ
	14	28	金	ごまごはん 牛肉のつけ焼き サラダ菜 厚揚げとかぼちゃのみそ汁	豆乳 新☆ ブルーツ杏仁	牛乳 ウエハース	牛乳 牛肉 厚揚げ 塩わかめ 煮干しだ し 脱脂粉乳 米みそ 麦 みそ 豆乳 寒天	ウエハース 精白 米 麦 すりごま 砂糖(三温糖) 植 物油 片栗粉	しそ葉 しょうが たまね ぎ にんじん ビーマン サ ラダ な かぼちゃ 青ねぎ メロン パナもも(缶) バ インアップル(缶) みかん(缶)
♪誕生会♪			七ヶ寿し かき揚げ、レタス 卵豆腐とみつばのすまし汁 はんぺんのサラダ フライドポテ トゼリー	ジュース ヨーグルト パンケーキ	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ 昆 布だし しらす干し 油揚げ でんぶ えび 鶏卵 卵豆 腐 はんぺん ヨーグルト	精白米 砂糖 じゃが芋 小麦 粉 揚げ油 すり ごま マヨネーズ	にんじん ごぼうしい たけ きぬさや たまね ぎ ビーマン レタス みつ ば キヤベツ きゅうり メロン みかん もも缶	
11		火							

食中毒に気をつけましょう

6月から9月は食中毒がとくに起こりやすい季節です。梅雨から夏にかけて蒸し暑くなるこの時期は、細菌による食中毒が起きやすくなります。それは、原因となる細菌が、湿気が多く暑い季節に増えやすいからです。保育所での給食調理でも、日々衛生に気をつけ、食中毒が起きないように注意しています。この3つのポイントを押さえて、家庭でも食中毒を予防しましょう。

＜食中毒予防の3原則＞

①菌をつけない

◆手をしっかり洗う

食中毒予防の基本です。



調理の前、生の肉や魚・卵を触った後、トイレの後などしっかり洗いましょう。

◆分けて保管する

加熱前の肉や魚と、火を通さない野菜等は、買い物から持ち帰る時や冷蔵庫内で、お互いが付かないように、分けて包む・保管するようにしましょう。

◆熱湯や塩素剤で消毒する

包丁まな板、ふきん等は、熱湯や塩素剤などでこまめに消毒しましょう。



②菌を増やさない

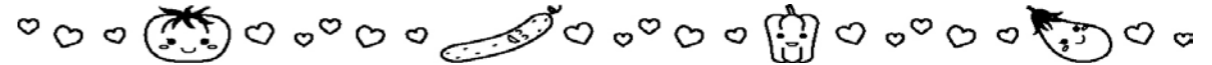
◆常温に置く時間を短く

細菌は30～37℃付近では特に増えやすくなります。買い物から持ち帰ったら、すぐに冷蔵庫・冷凍庫に入れましょう。肉や魚に下味をつけたりする調理の途中でも、常温に置く時間が長くなる場合は、冷蔵庫に入れるようにしましょう。また、調理後はなるべく早めに食べましょう。

③菌をやっつける

◆表面だけではなく、食品の中心部まで十分に加熱しましょう。

目安は中心部分の温度が85℃以上で1分間以上です。



～電解水について～

給食室に電解水生成措置を導入しました。電解水とは、食塩水を、装置で【電気分解】して出来る水です。食材の殺菌や、加工・調理器具の除菌洗浄に使えます。『食中毒防止＝衛生管理』に貢献します。一定濃度で生成されるので、濃度のムラがなく、残留性が低いので、食品に塩素臭がほとんど残りません。手指の消毒や玩具の拭き掃除にも使用することが出来るくらい、安全な水です！今までは、次亜塩素酸ナトリウムを使用して、野菜や果物を消毒殺菌していましたが、現在は電解水により、安全に消毒ができます。