

6月

予定献立表

日	曜日	こんだて	<あか> 血や肉をつくる	<きいろ> 熱や力になる	<みどり> 体の調子を整える	おやつ	
1日	火	強化玄米ごはん さばのカレー焼き 筑前煮 アーサ汁 果物	さば 鶏肉 豆腐 卵 牛乳	米 玄米 砂糖 じゃが芋 小麦粉 さつま芋 油	人参 れんこん たけのこ ごぼう 乾しいたけ いんげん こんにやく あおさ 果物	保育乳 スイートポテト	
2日	水	なすのミートスパゲティ ブロッコリーじゃこ和え 白菜スープ 果物	豚ひき肉 しらす干し 牛乳 ベーコン	スパゲティ 油 ごま 砂糖 米	人参 玉葱 乾しいたけ なす しめじ トマト 豆腐 ブロッコリー 白菜 小松菜 果物	保育乳 小松菜おにぎり	
3日	木	黒米ごはん 魚のケチャップ煮 パパイヤイリチー ホウレン草のみそ汁 果物	キング ツナ缶 豆腐 卵 牛乳	米 黒米 片栗粉 油 小麦粉 黒糖	パパイヤ 人参 ほしひじき ほうれん草 長ねぎ 果物	保育乳 ちんびん	
4日	金	ポークカレー コールスローサラダ チ ンゲン菜スープ 果物	豚肉 牛乳	米 押麦 じゃが芋 油 砂糖 マヨネーズ ふ パン	人参 玉葱 ブロッコリー セロリ マッシュルーム缶 キャベツ 胡瓜 コーン缶 チンゲン菜果物	保育乳 ツナコーンサンド	
5日	土	ケチャップライス ゴボウサラダ もずくスープ 果物	鶏肉 ツナ缶 豆腐 きな粉 卵 牛乳	米 油 マヨネーズ 小麦粉 パター 砂糖	人参 玉葱 マッシュルーム缶 ピーマン ごぼう 胡瓜 もずく ねぎ 果物	保育乳 菓子パン	
7日	月	肉みそ丼 からしな和え トマトと卵のスープ 果物	豚ひき肉 豆腐 ツナ缶 卵 きな粉 牛乳	米 油 砂糖 ツナ缶 卵 芋くず 黒糖	しょうが 玉葱 人参 しめじ ピーマン からしな トマト ねぎ 果物	保育乳 みかんゼリー、 せんべい	
8日	火	ごはん 魚フライタルタルソース クレープイリチー レタススープ 果物	キング 卵 豚肉 牛乳	米 玄米 小麦粉 パン 油 砂糖 マヨネーズバター	人参 ビクルス 赤ピーマン 昆布 乾しいたけ レタス 玉葱 えのき わかめ かぼちゃ 果物	保育乳 かぼちゃケーキ	
9日	水	野菜肉そば リョネーズポテト 果物	豚肉 卵 ベーコン 油揚げ 豆乳	沖縄そば 油 米 片栗粉 砂糖ごま じゃが芋マヨネーズ	人参 キャベツ きくらげ ひじき 果物	保育乳 梅おにぎり	
10日	木	お弁当会 (お弁当たのしみだね!)					保育乳 バナナ、せんべい
11日	金	ごはん うじら豆腐 人参シリシイ イナムドッチ 果物	豆腐 卵 豚肉 かまぼこ 金時豆	米 雑穀 片栗粉 油 押麦 黒糖 砂糖	大根 人参 玉葱 にはら 乾しいたけ こんにやく ねぎ 果物	保育乳 冷やしぜんざい	
12日	土	ごはん クリームシチュー おくら和え ワカメスープ 果物	鶏肉 牛乳 生クリーム	米 押麦じゃが芋 バター 小麦粉 ふ さつま芋	セロリ 人参 玉葱 ブロッコリー しめじ オクラ 胡瓜 わかめ 果物	保育乳 菓子、枝豆	
14日	月	強化あわごはん 豚肉のみそ焼き ゴーヤーチャンプルー 冬瓜とワカメのスープ 果物	豚肉 ツナ缶 卵 煮干し 牛乳	米 あわ 砂糖 車ぶ 油 じゃが芋 ごま	人参 玉葱 ながり 冬瓜 わかめ 青のり 果物	保育乳 ペークドポテト	
15日	火	強化玄米ごはん 魚のマリネ 千切りイリチー 豆腐と小松菜のみそ汁 果物	キング 豚肉 豆腐 卵 練乳 牛乳	米 玄米 片栗粉 油 砂糖 小麦粉	胡瓜 玉葱 トマト 切干大根 昆布 人参 こんにやく 小松菜 長ねぎ 果物	保育乳 マラーカオ	
16日	水	ロールパン チキンケチャップ焼き ブロッコリーサラダ パンパキンスープ 果物	鶏肉 ベーコン 牛乳 生クリーム さけ	パン 片栗粉 油 マヨネーズ バター 米	ブロッコリー マッシュルーム缶 コーン缶 かぼちゃ セロリ 玉葱 のり 果物	お茶 鮭おにぎり	
17日	木	強化あわごはん 鮭の梅マヨ焼き ゆでブロッコリー きんぴらごぼう じゃが芋のみそ汁 果物	さけ ツナ缶 牛乳	米 あわ 油 マヨネーズ ごま じゃが芋	ブロッコリー ごぼう 人参 玉葱 ねぎ わかめ キャベツ 果物	保育乳 ザクザククッキー	
18日	金	麦ごはん チキンから揚げ 中華風野菜炒め 春雨スープ 果物	鶏肉 卵 牛乳	米 押麦 片栗粉 油 春雨 小麦粉 オートミールバター	人参 玉葱 もやし キャベツ ピーマン チンゲン菜 えのき 果物	保育乳 クリームパン	
19日	土	前期大そうじ					
21日	月	あわごはん マーボーへちま パンサンスー コーンスープ 果物	豚ひき肉 豆腐 ハム 卵 牛乳	米 あわ 砂糖油 片栗粉 春雨 ごま パン バター	へちま 人参 長ねぎ もやし 胡瓜 コーン缶 キャベツ 果物	保育乳 パンパディング	
22日	火	セーフアン きびなご唐揚げ ナムル 果物	鶏ささ身 きびなご 卵 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 ごま さつま芋	人参 乾しいたけ もやし からし 菜 赤ピーマン 果物	保育乳 アイスクリーム	
23日	水	慰霊の日 (休園)					
24日	木	(お誕生会)麦ごはん ミートローフ マカロニサラダ チンゲン菜とえのき のスープ ヨーグルト	牛ひき肉 豆腐 豚ひき肉 卵 ヨーグルト 牛乳	米 押麦 パン粉 油 マカロニ マヨネーズ	玉葱 乾しいたけ ひじき 人参 ブロッコリー 胡瓜 コーン缶 チンゲン菜 えのき 果物	保育乳 誕生ケーキ	
25日	金	強化あわごはん 納豆 煮付け ワカメスープ 果物	納豆 三枚肉 生揚げ しらす 卵 牛乳	米 あわ 砂糖 油 ふ 小麦粉	ねぎ 大根 人参 チンゲン菜 わかめ 玉葱 果物	保育乳 くずもち	
26日	土	マーボーナス丼 白菜スープ 果物	豚肉 豆腐 ベーコン 牛乳	米 油 砂糖 パン	人参 玉葱 なす 白菜 果物	保育乳 ぶどうパン	
28日	月	生姜焼き丼 春雨の酢の物 キャベツのみそ汁 果物	豚肉 卵 ちくわ 豆腐 牛乳	米 砂糖 ごま 油 春雨 さつま芋	玉ねぎ 胡瓜 キクラゲ 人参 キャベツ ねぎ 果物	保育乳 ラスク	
29日	火	あわごはん さばの味噌煮 納豆和え 豚汁 果物	さば 納豆 豚肉 牛乳	米 あわ 小麦粉 油 パン バター 砂糖 食パン	小松菜 のり 人参 玉葱 ごぼう 大根 ねぎ 果物	保育乳 ふかし芋	
30日	水	ハヤシライス 切干大根サラダ チンゲン菜スープ 果物	牛肉 卵 ツナ缶 牛乳	米 じゃが芋 油 小麦粉 砂糖 ごま 食パン	人参 玉葱 セロリ いんげん マッシュルーム缶 切干大根 胡瓜 チンゲン菜 果物	保育乳 ジャムサンド	

☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。