

日曜	献立名	材 料 名			おやつ	
		熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午 前	午 後
1 水	ゆかりごはん 煮魚 けんちん汁 茹で枝豆 ごはん	米 さとう 板こんにゃく	さかな 豆腐 油揚げ	ゆかり粉 しょうが にんじん たいこん ごぼう 干し椎茸 葉ねぎ えだまめ	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 チーズ菓子
2 木	魚のレモン風味 白菜のスープ煮 コッペパン	コッペパン かたくり粉 さとう 油 はるさめ	白身魚 ベーコン	レモン フロッコリー にんじん はくさい えのきたけ グリンピース	お 茶 ぼんせんべい	お 茶 ★ラップおにぎり
3 金	かぼちゃのそぼろ煮 合わせみそ汁 味付け煮干し ごはん	米 油 さとう かたくり粉	鶏ひき肉 油揚げ 豆腐 生わかめ 味付け煮干し	しょうが かぼちゃ たまねぎ にんじん グリンピース えのきたけ 葉ねぎ	牛 乳 のり巻きせんべい	★豆乳アップル ビスケット
4 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります			牛 乳 プリン		
6 月	七夕ちらし 天の川汁 天の川ゼリー ごはん	米 さとう 白ごま そうめん 天の川ゼリー	ツナ 刻みのり ちくわ	にんじん きゅうり 干し椎茸 コーン オクラ	牛 乳 パイ菓子	お 茶 ★きなこ団子
7 火	チキンピーズ もやしあえ ミルクロール	ミルクロール じゃがいも 油 さとう すりごま ごま油	大豆 鶏もも肉 ロースハム 生わかめ	たまねぎ にんじん グリンピース もやし キャベツ	お 茶 クッキー	牛 乳 ★フレークバー
8 水	とうがんと鶏肉の煮物 オクラの納豆あえ ごはん	米 油 さとう かたくり粉	鶏もも肉 納豆 しらす干し 花かつお	グリンピース とうがん にんじん しめじ オクラ えのきたけ	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 ★ココアクリームサンド
9 木	【誕生会】(6月誕生児) 彩り混ぜごはん 魚フライ すまし汁 ごはん	米 ごま油 小麦粉 パン粉 油	豚ひき肉 さかな	こまつな コーン しょうが もやし しめじ たまねぎ にんじん みつば	牛 乳 ウエハース	紅 茶 アイスクーキ
10 金	豆腐ハンバーグ 春雨スープ ごはん	米 パン粉 油 さとう はるさめ	しほり豆腐 卵 鶏ひき肉 干しひじき スキムミルク ロースハム	たまねぎ キャベツ にんじん はくさい さやえんどう	牛 乳 クラッカー	お 茶 ごませんべい
11 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります			牛 乳 かりんとう		
13 月	夏野菜のカレーライス フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 バター じゃがいも 小麦粉	豚もも肉	しょうが にんにく たまねぎ にんじん なす かぼちゃ パセリ 青ピーマン キャベツ バイン	牛 乳 おかき	牛 乳 クッキー
14 火	豚肉となすのみそ炒め すまし汁 ごはん	米 油 さとう ふ	豚もも肉 豆腐 生わかめ	しょうが たけのこ なす 青ピーマン 赤ピーマン たまねぎ 葉ねぎ	お 茶 チーズ	お 茶 ★わらび餅
15 水	れんこんと大葉のつくね 豆乳コーンスープ 味付け煮干し 食パン	食パン かたくり粉 パン粉 油	鶏ひき肉 豆腐 ロースハム 豆乳 味付け煮干し	れんこん 大葉 キャベツ クリームコーン たまねぎ グリンピース	お 茶 チーズ菓子	牛 乳 ★ごまポテト
16 木	酢鶏 ツナあえ ごはん	米 ごま油 さとう かたくり粉 油 いちごジャム	鶏もも肉 ツナ	たまねぎ にんじん たけのこ 干し椎茸 バイン もやし ほうれんそう グリンピース コーン	牛 乳 ビスケット	発酵乳 塩せんべい
17 金	かぼちゃのそぼろ煮 合わせみそ汁 チーズ ごはん	米 油 さとう かたくり粉	鶏ひき肉 油揚げ 豆腐 生わかめ 味付け煮干し	しょうが かぼちゃ たまねぎ にんじん グリンピース えのきたけ 葉ねぎ	牛 乳 クラッカー	牛 乳 ★ラスク
18 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります			牛 乳 プリン		
20 月	サラダうどん 白身魚の天ぷら ごはん	干しうどん 米 小麦粉 油 マヨネーズ	ツナ 生わかめ 白身魚 卵	きゅうり コーン にんじん もやし	お 茶 おこし	牛 乳 あられ
21 火	チキンピーズ もやしあえ ミルクロール	ミルクロール じゃがいも 油 さとう すりごま ごま油	大豆 鶏もも肉 ロースハム 生わかめ	たまねぎ にんじん グリンピース もやし キャベツ	お 茶 ウエハース	牛 乳 ★ヨーグルトクーキ
22 水	とうがんと鶏肉の煮物 オクラの納豆あえ ごはん	米 油 さとう かたくり粉	鶏もも肉 納豆 しらす干し 花かつお	グリンピース とうがん にんじん しめじ オクラ えのきたけ	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 ★フレークバー
25 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります			牛 乳 かりんとう		
27 月	ドッサリキャベツの米粉ドライカレー コーンサラダ ごはん	米 油 マヨネーズ	豚ひき肉 ツナ 干しわかめ	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ にんじん グリンピース コーン	お 茶 チーズ	★サワードリンク ビスケット
28 火	豚肉となすのみそ炒め すまし汁 ごはん	米 油 さとう ふ	豚もも肉 豆腐 生わかめ	しょうが たけのこ なす 青ピーマン 赤ピーマン たまねぎ 葉ねぎ	牛 乳 野菜せんべい	牛 乳 ★豆腐ドーナツ
29 水	れんこんと大葉のつくね 豆乳コーンスープ 味付け煮干し 食パン	食パン かたくり粉 パン粉 油	鶏ひき肉 豆腐 ロースハム 豆乳 味付け煮干し	れんこん 大葉 キャベツ クリームコーン たまねぎ グリンピース	お 茶 クラッカー	牛 乳 ★ごまポテト
30 木	【誕生会】(7月誕生児) カレーチャーハン わかめスープ 切り干し大根の煮付け 麦ごはん	米 麦 油 白ごま さとう	豚ひき肉 生わかめ 鶏もも肉 油揚げ 刻み昆布	たまねぎ にんじん グリンピース もやし 切り干しだいこん さやいんげん	牛 乳 のり巻きせんべい	紅 茶 クーキ
31 金	豆腐ハンバーグ 春雨スープ ごはん	米 パン粉 油 さとう はるさめ	しほり豆腐 卵 鶏ひき肉 干しひじき スキムミルク ロースハム	たまねぎ キャベツ にんじん はくさい さやえんどう	牛 乳 ぼんせんべい	アイスクリーム あられ

食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。

今月生まれの子には誕生会の日におやつプレゼントがあります。乳児は成長に応じてトマトジュース・離乳食・乳児食を食べます。

おやつ★印は給食の先生の手作りです。お楽しみに♪

