7年度　**6月**　# 献　立　表　明照保育園

日	曜	献立名	材料名 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	おやつ 午前	午　後
2	月	カレーライス ハムサラダ 麦ごはん	こめ　麦　油 さとう　小麦粉 じゃがいも　バター	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	にんにく　しょうが　たまねぎ にんじん　グリンピース　キャベツ みかん　コーン　パセリ	お茶 クラッカー	牛乳 のり巻きせんべい
3	火	【青空ランチ】 ラップおにぎり 魚の竜田揚げ ボイル野菜・一口ゼリー	こめ　油 じゃがいも かたくり粉 一口ゼリー	さかな	にんじん　ブロッコリー しょうが	牛乳 あられ	牛乳 ★きな粉クリームサンド
4	水	鶏肉の照り煮 コンソメスープ コッペパン	コッペパン　さとう じゃがいも	鶏もも肉 ベーコン	ブロッコリー　たまねぎ にんじん　チンゲンサイ コーン　パセリ	牛乳 チーズ菓子	★あじさいミルク
5	木	じゃがいも金平 白みそ汁 ごはん	こめ　油　さとう じゃがいも　白ごま 糸こんにゃく	豚もも肉 揚げはん　とうふ 油揚げ	にんじん　さやいんげん こまつな　しめじ	プリン	牛乳 おかき
6	金	マーボーなす ばんさんすう ごはん	こめ　ごま油 かたくり粉 はるさめ　さとう	豚ひき肉 とうふ　ロースハム	しょうが　にんにく　なす たまねぎ　にんじん　葉ねぎ もやし　きゅうり	牛乳 ごませんべい	牛乳 クッキー
7	土	**おやこえんそく**					
9	月	魚のすり身揚げ 春雨のカレースープ 食パン	食パン　パン粉 さとう　かたくり粉 油　はるさめ	白身魚すり身 とうふ 鶏むね肉	しょうが　葉ねぎ　にんじん コーン　もやし　キャベツ パセリ	牛乳 ぽんせんべい	牛乳 かりんとう
10	火	時計ごはん ゴマあえ みそ汁	こめ　油　さとう かたくり粉　すりごま	豚ひき肉 とうふ　わかめ	しょうが　にんじん　キャベツ グリンピース　ほうれん草 たまねぎ　葉ねぎ	お茶 ビスケット	牛乳 ★メープルケーキ
11	水	五目大豆 なすのみそ汁 ごはん	こめ　さとう 糸こんにゃく	大豆　鶏むね肉 出汁こんぶ 油揚げ	にんじん　ごぼう　さやえんどう 干ししいたけ　なす　たまねぎ しめじ　葉ねぎ	ヨーグルト	★サワードリンク クラッカー
12	木	あんかけチャーハン 中華スープ ヨーグルト	こめ　油 かたくり粉　白ごま	豚ひき肉 とうふ　わかめ ヨーグルト	コーン　葉ねぎ　たまねぎ にんじん　しめじ　チンゲンサイ	牛乳 パイ菓子	牛乳 塩せんべい
13	金	厚揚げのそぼろ煮 合わせみそ汁 ごはん	こめ　油　さとう 糸こんにゃく かたくり粉	鶏ひき肉 生揚げ　わかめ	ごぼう　にんじん　干ししいたけ グリンピース　たまねぎ キャベツ　葉ねぎ	牛乳 のり巻きせんべい	牛乳 あられ
14	土	【ほしぐみ試食会】 ひじきと大豆の炒め煮 みそ汁　ごはん	こめ　油　さとう 板こんにゃく	大豆　鶏もも肉 干しひじき　ちくわ とうふ　わかめ	にんじん　さやえんどう 干ししいたけ　えのきたけ たまねぎ　葉ねぎ	フルーツゼリー	
16	月	カレーライス ハムサラダ 麦ごはん	こめ　麦　油 さとう　小麦粉 じゃがいも　バター	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	にんにく　しょうが　たまねぎ にんじん　グリンピース　キャベツ みかん　コーン　パセリ	お茶 クッキー	牛乳 チーズ菓子
17	火	煮魚(厚揚げ) みそ汁 一口ゼリー　ごはん	こめ　さとう	さかな　生揚げ 油揚げ	しょうが　こまつな　たまねぎ えのきたけ　葉ねぎ	牛乳 ポン菓子	メロン類 のり巻きせんべい
18	水	じゃがいもと鶏肉の揚げ煮 野菜スープ クロロール	クロロール　油 さとう　かたくり粉 じゃがいも	鶏もも肉 ロースハム	にんじん　さやいんげん キャベツ　たまねぎ コーン　グリンピース	お茶 チーズ	お茶 ★アップルトマトかん
19	木	マーボーなす ばんさんすう ごはん	こめ　ごま油 かたくり粉 はるさめ　さとう	豚ひき肉 とうふ　ロースハム	しょうが　にんにく　なす たまねぎ　にんじん　葉ねぎ もやし　きゅうり	牛乳 ウエハース	牛乳 ごませんべい
20	金	じゃがいも金平 白みそ汁 ごはん	こめ　油　さとう じゃがいも　白ごま 糸こんにゃく	豚もも肉 揚げはん　とうふ 油揚げ	にんじん　さやいんげん こまつな　しめじ	牛乳 おかき	牛乳 ビスケット
21	土	【ゆきぐみ試食会】 白菜のあんかけご飯 一口ゼリー	こめ　油 一口ゼリー	豚ひき肉	はくさい　にんじん たまねぎ　しめじ	リンゴジュース	
23	月	厚揚げのそぼろ煮 合わせみそ汁 ごはん	こめ　油　さとう 糸こんにゃく かたくり粉	鶏ひき肉 生揚げ　わかめ	ごぼう　にんじん　干ししいたけ グリンピース　たまねぎ キャベツ　葉ねぎ	牛乳 ぽんせんべい	牛乳 かりんとう
24	火	鶏肉の照り煮 コンソメスープ コッペパン	コッペパン　さとう じゃがいも	鶏もも肉 ベーコン	ブロッコリー　たまねぎ にんじん　チンゲンサイ コーン　パセリ	フルーツゼリー	発酵乳 ゆでとうもろこし
25	水	五目大豆 なすのみそ汁 ごはん	こめ　さとう 糸こんにゃく	大豆　鶏むね肉 出汁こんぶ 油揚げ	にんじん　ごぼう　さやえんどう 干ししいたけ　なす　たまねぎ しめじ　葉ねぎ	牛乳 野菜せんべい	★あじさいミルク
26	木	あんかけチャーハン 中華スープ ヨーグルト	こめ　油 かたくり粉　白ごま	豚ひき肉 とうふ　わかめ ヨーグルト	コーン　葉ねぎ　たまねぎ にんじん　しめじ　チンゲンサイ	牛乳 あられ	牛乳 パイ菓子
27	金	【誕生会】 鶏肉とごぼうの混ぜご飯 魚フライ すまし汁	こめ　ごま油　ふ 糸こんにゃく さとう　パン粉 白ごま　小麦粉	鶏もも肉 さかな　わかめ	ごぼう　にんじん　みつば もやし　たまねぎ　葉ねぎ	お茶 クラッカー	紅茶 ケーキ
28	土	【あか・そらぐみ試食会】			**おたのしみゼリー**		
30	月	高野豆腐の卵とじ ツナあえ ごはん	こめ　ごま油	高野豆腐 ちくわ　たまご ツナ	にんじん　たまねぎ　もやし さやえんどう　ほうれん草 コーン	ミルクプリン	牛乳 ウエハース

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の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・乳児食をたべます。

おやつ★印は給食の先生の手作りです。お楽しみに♪