

6月献立表

明 照 保 育 園

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	野菜の炊き合わせ みそ汁 ごはん	米 ジャがいも さとう	高野豆腐 鶏もも肉 削り節 生わかめ	にんじん たまねぎ さやえんどう 干し椎茸 だいこん 葉ねぎ	牛 乳 レーズンクッキー	牛 乳 どら焼き
2 木	【花組：試食会】 かみかみ揚げ 豆乳スープ 麦ごはん	米 小麦粉 油 ジャがいも	ちりめんじゃこ ちくわ ひじき 卵 ベーコン 豆乳	切干しいんこ にんじん みつば ブロッコリー キャベツ しめじ	牛 乳 ポーロ	野菜果汁 塩せんべい
3 金	煮魚 合わせみそ汁 メロン類 ごはん	米 さとう 板こんにゃく ジャがいも	さかな 生わかめ 削り節	しょうが たまねぎ にんじん 葉ねぎ メロン類	牛 乳 ごませんべい	牛 乳 フレークパー
4 土	【星組：試食会】 ポークビーンズ ハムサラダ レーズンロール	レーズンロール 油 ジャがいも さとう サラダ油 白ごま	大豆(氷煮) 豚もも肉 ロースハム	たまねぎ にんじんキャベツ グリーンピース(冷凍) コーン缶 パセリ	牛 乳 あられ	
6 月	うの花炒り 白みそ汁 ごはん	米 油 さとう ジャがいも	むきえび ちくわ うの花 油揚げ 削り節 生わかめ	にんじん 干し椎茸 根菜ねぎ たまねぎ えのきたけ	牛 乳 チーズ菓子	牛 乳 のり巻きせんべい
7 火	肉と野菜のみそ炒め わかめスープ 麦ごはん	米 さとう ごま油 油 白ごま	豚もも肉 豆腐 生わかめ	しょうが にんじん 青ピーマン キャベツ だけのこ缶 なす もやし	牛 乳 おかき	お 茶 大豆のポンポン揚げ
8 水	シーフードカレー フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 小麦粉 ジャがいも バター	ツナ缶 いか むきえび スキムミルク ロースハム	しょうが きゅうり にんにく コーン缶 たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) キャベツ	牛 乳 ビスケット	お 茶 みたらし団子 牛 乳 ふんわりかぼちゃ
9 木	カラフルマーボー ツナサラダ クロロール	クロロール 油 さとう かたくり粉 ごま油 マヨネーズ	豚ひき肉 ツナ缶 チーズ	しょうが コーン缶 にんにく 根菜ねぎ たまねぎ キャベツ なす にんじん 赤ピーマン ほうれんそう 青ピーマン	牛 乳 小麦胚芽クッキー	牛 乳 カルピスサワー ごませんべい
10 金	時計ごはん ぶ玉汁 フルーツヨーグルト ごはん	米 油 さとう かたくり粉 ぶ	豚ひき肉 かまぼこ 生わかめ 削り節 プレーンヨーグルト	しょうが パイン缶 だいこん 干しぶどう グリーンピース(冷凍) みつば みかん缶 りんご	牛 乳 ボンせんべい	牛 乳 ふんわりかぼちゃ お 茶 みたらし団子
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 ごませんべい	
13 月	豆腐とツナのハンバーグ コンソメスープ バターロール マカロニ ジャがいも	バターロール 油 パン粉(乾燥) マカロニ ジャがいも	しほり豆腐 ツナ缶 卵 スキムミルク	たまねぎ ブロッコリー コーン缶 にんじん キャベツ パセリ	牛 乳 おこし	牛 乳 ワッフル
14 火	かぼちゃのそぼろ煮 わかめとしらすの酢の物 ごはん	米 油 さとう かたくり粉	鶏ひき肉 削り節 生わかめ しらす干し	しょうが きゅうり かぼちゃ コーン缶 たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) キャベツ	牛 乳 クラッカー	あじさいミルク
15 水	野菜の炊き合わせ みそ汁 ごはん	米 ジャがいも さとう	高野豆腐 鶏もも肉 削り節 生わかめ	にんじん たまねぎ さやえんどう 干し椎茸 だいこん 葉ねぎ	牛 乳 レーズンクッキー	牛 乳 どら焼き
16 木	チーズとパインのサンド ミネストローネ 一口ゼリー 食パン	食パン マーガリン ジャがいも 油 一口ゼリー	スライスチーズ ベーコン	パイン缶 にんじん セロリー たまねぎ トマト パセリ	牛 乳 塩せんべい	豆 乳 ビスケット
17 金	煮魚 合わせみそ汁 メロン類 ごはん	米 さとう 板こんにゃく ジャがいも	さかな 生わかめ 削り節	しょうが たまねぎ にんじん 葉ねぎ メロン類	牛 乳 ごませんべい	牛 乳 フレークパー
18 土	【なかよし保育】 おたのしみランチ				牛 乳 ウエハース	
20 月	そぼろどんぶり 田舎汁 チーズ 麦ごはん	米 麦 さとう かたくり粉 油 ジャがいも	鶏ひき肉 卵 刻み煮 油揚げ 煮干しチーズ	さやえんどう だいこん えのきたけ にんじん 葉ねぎ	牛 乳 あられ	ヨーグルト パイ菓子
21 火	肉と野菜のみそ炒め わかめスープ 麦ごはん	米 さとう ごま油 油 白ごま	豚もも肉 豆腐 生わかめ	しょうが にんじん 青ピーマン キャベツ だけのこ缶 なす もやし	牛 乳 おかき	お 茶 大豆のポンポン揚げ
22 水	シーフードカレー フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 小麦粉 ジャがいも バター	ツナ缶 いか むきえび スキムミルク ロースハム	しょうが きゅうり にんにく コーン缶 たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) キャベツ	牛 乳 ビスケット	お 茶 みたらし団子
23 木	イタリアンスパゲティ パンプキンコンソメスープ バターロール	バターロール スパゲティ 油 さとう	ウインナー 牛乳	たまねぎ パセリ にんじん 青ピーマン にんにく クリームコーン缶 かぼちゃ	ヨーグルト	紅茶ミルク レーズンクッキー
24 金	鶏肉の照り煮 豆乳スープ 麦ごはん	ミルクロール さとう ジャがいも 油	鶏もも肉 ベーコン 豆乳	もやし にんじん キャベツ しめじ	牛 乳 のり巻きせんべい	発酵乳 メロン類 おかき
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 クラッカー	
27 月	豆腐とツナのハンバーグ コンソメスープ バターロール マカロニ ジャがいも	バターロール 油 パン粉(乾燥) マカロニ ジャがいも	しほり豆腐 ツナ缶 卵 スキムミルク	たまねぎ ブロッコリー コーン缶 にんじん キャベツ パセリ	牛 乳 おこし	牛 乳 ワッフル
28 火	かぼちゃのそぼろ煮 わかめとしらすの酢の物 ごはん	米 油 さとう かたくり粉	鶏ひき肉 削り節 生わかめ しらす干し	しょうが きゅうり かぼちゃ コーン缶 たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) キャベツ	牛 乳 クラッカー	あじさいミルク
29 水	チーズとパインのサンド ミネストローネ 一口ゼリー 食パン	食パン マーガリン ジャがいも 油 一口ゼリー	スライスチーズ ベーコン	パイン缶 にんじん セロリー たまねぎ トマト パセリ	牛 乳 塩せんべい	豆 乳 ビスケット
30 木	【誕生会】 インディアンライス 鶏のから揚げ 野菜スープ ごはん	米 油 かたくり粉 ジャがいも	豚ひき肉 鶏もも肉	たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) しょうが キャベツ パセリ	オレンジジュース かりんとう	紅 茶 ケーキ

今月生まれの子には誕生会の日にプレゼントがあります。乳児はトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。

