

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 月 | 煮魚 合わせみそ汁 ーロゼリー 麦ごはん | 米 麦 さとう 板こんにゃく じゃがいも ーロゼリー | さかな 生わかめ 削り節 | しょうが にんじん しめじ 葉ねぎ | 牛 乳 チーズ菓子 | 牛 乳 かりんとう |
| 2 火 | ごぼう入り肉だんご 五目スープ バターロール | バターロール ごま油 かたくり粉 油 | 豚ひき肉 豆腐 卵 ロースハム | しょうが ごぼう もやし にんじん たけのこ缶 コーン缶 チンゲンサイ | 牛 乳 パイ菓子 | ★あじさいミルク |
| 3 水 | カレーライス フレンチサラダ 麦ごはん | 米 麦 油 じゃがいも サラダ 油さとう 小麦粉 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 きゅうり 赤ピーマン みかん缶 グリンピース(冷凍)キャベツ | 牛 乳 おかき | 牛 乳 ウエハース |
| 4 木 | 肉じゃが 白みそ汁 チーズ ごはん | 米 じゃがいも 糸こんにゃく 油 さとう | 豚もも肉 豆腐 油揚げ 生わかめ 煮干し チーズ | にんじん たまねぎ しめじ さやえんどう えのきたけ 葉ねぎ | 牛 乳 塩せんべい | 野菜果汁 おかき |
| 5 金 | カラフルマーボー わかめスープ ミルクロール | ミルクロール 油 さとう かたくり粉 ごま油 白ごま | 豚ひき肉 豆腐 生わかめ | しょうが にんにく たまねぎ なす 赤ピーマン 青ピーマン コーン缶 根深ねぎ もやし にんじん | 牛 乳 コーンフレーク | 牛 乳 あんまき |
| 6 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 あられ | |
| 8 月 | 鶏肉の照り煮 春雨のカレースープ チーズ クロロール | クロロール さとう はるさめ(乾) | 鶏もも肉 ウィンナー チーズ | もやし キャベツ にんじん たまねぎ パセリ | 牛 乳 ごませんべい | ★杏仁豆腐 |
| 9 火 | ひじきと大豆の炒め煮 みそ汁 ごはん | 米 板こんにゃく 油 さとう ぶ | ひじき 大豆 鶏もも肉 揚げはん 削り節油揚げ | にんじん さやえんどう 干し椎茸 たまねぎ しめじ | 牛 乳 クラッカー | お 茶 みたらし団子 |
| 10 水 | 【時の記念日】 時計ごはん ゴマあえ すまし汁 ごはん | 米 油 さとう かたくり粉 すりごま(白) | 豚ひき肉 ちくわ 削り節 | しょうが にんじん 葉ねぎ グリンピース(冷凍) ほうれんそう コーン缶 キャベツ はくさい | 牛 乳 あられ | 牛 乳 カステラ |
| 11 木 | イタリアンサンド かき玉スープ フルーツゼリー 食パン | 食パン 油 パン粉(乾燥) じゃがいも かたくり粉 フルーツゼリー | ベーコン スライスチーズ 鶏胸肉 卵 | たまねぎ 青ピーマン しめじ にんじん パセリ | 牛 乳 ウエハース | ★豆乳ヨーグルト クッキー |
| 12 金 | 八宝菜 もやしあえ 味付け煮干 ごはん | 米 油 かたくり粉 ごま油 さとう | 豚もも肉 いか むきえび うすら卵 ツナ缶 生わかめ 味付け煮干 | にんじん たまねぎ はくさい チンゲンサイ たけのこ缶 干し椎茸 もやし きゅうり | 牛 乳 のり巻きせんべい | 牛 乳 ★豆腐ドーナツ |
| 13 土 | 【なかよし保育】 | お た の し み ラ ン チ  | | | 牛 乳 ビスケット | |
| 15 月 | 煮魚 合わせみそ汁 ーロゼリー 麦ごはん | 米 麦 さとう 板こんにゃく じゃがいも ーロゼリー | さかな 生わかめ 削り節 | しょうが にんじん しめじ 葉ねぎ | 牛 乳 チーズ菓子 | 牛 乳 かりんとう |
| 16 火 | 【誕生会】 肉とごぼうの混ぜごはん あじの香り揚げ 中華スープ | 米 油 糸こんにゃく ごま油 さとう 白ごま 小麦粉 | 牛肉 あじ 卵 あおのり | ごぼう にんじん みつば キャベツ はくさい コーン缶 さやえんどう | 牛 乳 おこし | 紅 茶 ケーキ |
| 17 水 | カレーライス フレンチサラダ 麦ごはん | 米 麦 油 じゃがいも サラダ 油さとう 小麦粉 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 きゅうり 赤ピーマン みかん缶 グリンピース(冷凍)キャベツ | 牛 乳 おかき | 牛 乳 ウエハース |
| 18 木 | 肉じゃが 白みそ汁 チーズ ごはん | 米 じゃがいも 糸こんにゃく 油 さとう | 豚もも肉 豆腐 油揚げ 生わかめ 煮干し チーズ | にんじん たまねぎ しめじ さやえんどう えのきたけ 葉ねぎ | 牛 乳 塩せんべい | ★あじさいミルク |
| 19 金 | 和風スパゲティ 野菜スープ ロールパン | ロールパン スパゲティ バター | 鶏もも肉 刻みのり ロースハム | にんにく たまねぎ しめじ えのきたけ 大葉 キャベツにんじん | 発酵乳 かりんとう | ★サワードリンク レーズンクッキー |
| 20 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 あられ |  |
| 22 月 | 鶏肉の照り煮 春雨のカレースープ チーズ クロロール | クロロール さとう はるさめ(乾) | 鶏もも肉 ウィンナー チーズ | もやし キャベツ にんじん たまねぎ パセリ | 牛 乳 ごませんべい | ★杏仁豆腐 |
| 23 火 | ひじきと大豆の炒め煮 みそ汁 ごはん | 米 板こんにゃく 油 さとう ぶ | ひじき 大豆 鶏もも肉 揚げはん 削り節油揚げ | にんじん さやえんどう 干し椎茸 たまねぎ しめじ | 牛 乳 クラッカー | お 茶 みたらし団子 |
| 24 水 | キスフライ コンソメスープ レーズンロール | レーズンロール 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 じゃがいも マヨネーズ | きす 卵 | キャベツ たまねぎ にんじん コーン缶 パセリ | 牛 乳 のり巻きせんべい | 発酵乳 小麦胚芽クッキー |
| 25 木 | イタリアンサンド かき玉スープ フルーツゼリー 食パン | 食パン 油 パン粉(乾燥) じゃがいも かたくり粉 フルーツゼリー | ベーコン スライスチーズ 鶏胸肉 卵 | たまねぎ 青ピーマン しめじ にんじん パセリ | 牛 乳 ウエハース | ★豆乳ヨーグルト クッキー |
| 26 金 | 八宝菜 もやしあえ 味付け煮干 ごはん | 米 油 かたくり粉 ごま油 さとう | 豚もも肉 いかむきえび うすら卵 ツナ缶 生わかめ 味付け煮干 | にんじん たまねぎ はくさい チンゲンサイ たけのこ缶 干し椎茸 もやし きゅうり | 牛 乳 あられ | 牛 乳 ★豆腐ドーナツ |
| 27 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 ウエハース | |
| 29 月 | ゆかりごはん いり豆腐 わかめとしらすの酢の物 ごはん | 米 油 さとう | 豆腐 かまぼこ 卵 ひじき 生わかめ しらす干し | ゆかり粉 たまねぎ にんじん ほうれんそう 干し椎茸 キャベツ きゅうり コーン缶 | 牛 乳 ぼんせんべい | 牛 乳 ★ピザ風蒸しパン |
| 30 火 | 和風スパゲティ 野菜スープ ロールパン | ロールパン スパゲティ バター | 鶏もも肉 刻みのり ロースハム | にんにく たまねぎ しめじ えのきたけ 大葉 キャベツにんじん | 牛 乳 おこし | ★サワードリンク レーズンクッキー |

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♪

