８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
1	月	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　さとう はるさめ	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 のり巻きせんべい	牛乳 ラスク
2	火	高野豆腐の卵とじ ツナあえ 味付け煮干し　ごはん	こめ　ごま油	高野豆腐　ちくわ たまご　ツナ 味付け煮干し	にんじん　たまねぎ さやえんどう　ほうれん草 もやし　コーン	牛乳 おかき	★サワードリンク チーズ菓子
3	水	鶏肉の照り煮 コンソメスープ ミルクロール	ミルクロール 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	プリン	お茶 ★あじさいミルク
4	木	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　たまねぎ 干し椎茸　グリンピース キャベツ　葉ねぎ	牛乳 ごませんべい	牛乳 ビスケット
5	金	煮魚 みそ汁 一口ゼリー　ごはん	こめ　さとう 糸こんにゃく 一口ゼリー	さかな　油揚げ	しょうが　こまつな たまねぎ　えのきたけ 葉ねぎ	お茶 かりんとう	牛乳 塩せんべい
6	土	【なかよし保育】 **おたのしみランチ**				お茶 クラッカー	
8	月	カレーライス ハムサラダ 麦ごはん	こめ　麦　油 さとう　じゃがいも 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　グリンピース　パセリ キャベツ　みかん　コーン	お茶 チーズ	牛乳 あられ
9	火	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 きざみ昆布　油揚げ	にんじん　ごぼう　しめじ さやえんどう　干し椎茸 なす　たまねぎ　葉ねぎ	牛乳 ぽんせんべい	お茶 ★きらきらゼリー
10	水	時計ごはん ゴマあえ 合わせみそ汁	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　葉ねぎ グリンピース　ほうれん草 キャベツ　たまねぎ	お茶 ウエハース	お茶 あんまき
11	木	じゃがいも金平 白みそ汁 チーズ　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　とうふ 揚げはん　チーズ 油揚げ	にんじん　こまつな さやいんげん　しめじ	牛乳 ヨーグルト	メロン類 クッキー
12	金	魚のすり身揚げ 春雨のカレースープ 食パン	食パン　油　さとう パン粉　かたくり粉 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　パセリ キャベツ	牛乳 パイ菓子	牛乳 のり巻きせんべい
13	土	【ゆきぐみ試食会】 マーボーなす丼	こめ　ごま油 かたくり粉　さとう	豚ひき肉　とうふ	しょうが　にんにく　なす たまねぎ　にんじん　葉ねぎ	ぶどうジュース	
15	月	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	お茶 塩せんべい	牛乳 ココアクッキー
16	火	【青空ランチ】 ラップおにぎり 鶏のから揚げ ボイル野菜・一口ゼリー	こめ　油 じゃがいも 一口ゼリー	鶏もも肉	しょうが にんじん ブロッコリー	牛乳 あられ	牛乳 ★きな粉クリームサンド
17	水	ゆかりごはん サラダうどん ひじきの煮物	こめ　油　さとう 干しうどん マヨネーズ	ツナ　わかめ 鶏もも肉 油揚げ　干しひじき	ゆかり粉　きゅうり コーン　にんじん さやいんげん	ミルクプリン	牛乳 クラッカー
18	木	厚揚げのそぼろ煮 白みそ汁 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　たまねぎ 干し椎茸　グリンピース キャベツ　葉ねぎ	牛乳 野菜せんべい	お茶 ★アップルトマトかん
19	金	煮魚 みそ汁 一口ゼリー　ごはん	こめ　さとう 糸こんにゃく 一口ゼリー	さかな　油揚げ	しょうが　こまつな たまねぎ　えのきたけ 葉ねぎ	お茶 ポン菓子	牛乳 ごませんべい
20	土	【ほしぐみ試食会】 五目きんぴら 合わせみそ汁　ごはん	こめ　ごま油 糸こんにゃく 白ごま	鶏もも肉 とうふ　揚げはん	ごぼう　にんじん　たまねぎ さやいんげん　しめじ　葉ねぎ	お茶 おこし	
22	月	カレーライス ハムサラダ 麦ごはん	こめ　麦　油 さとう　じゃがいも 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　グリンピース　パセリ キャベツ　みかん　コーン	お茶 チーズ菓子	牛乳 パイ菓子
23	火	高野豆腐の卵とじ ツナあえ 味付け煮干し　ごはん	こめ　ごま油	高野豆腐　ちくわ たまご　ツナ 味付け煮干し	にんじん　たまねぎ さやえんどう　ほうれん草 もやし　コーン	牛乳 のり巻きせんべい	お茶 ★あじさいミルク
24	水	【誕生会】 鶏肉とごぼうの混ぜごはん 魚フライ すまし汁	こめ　ごま油　さとう 糸こんにゃく 白ごま　小麦粉 パン粉　ふ	鶏もも肉 さかな わかめ	ごぼう　にんじん　たまねぎ みつば　もやし　葉ねぎ	牛乳 クッキー	紅茶 ケーキ
25	木	鶏肉の照り煮 コンソメスープ ミルクロール	ミルクロール 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 ぽんせんべい	牛乳 ウエハース
26	金	じゃがいも金平 白みそ汁 チーズ　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　とうふ 揚げはん　チーズ 油揚げ	にんじん　こまつな さやいんげん　しめじ	牛乳 おかき	牛乳 かりんとう
27	土	【そら・あかぐみ試食会】 **あじさいミルク**					
29	月	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 クラッカー	牛乳 あられ
30	火	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 きざみ昆布　油揚げ	にんじん　ごぼう　しめじ さやえんどう　干し椎茸 なす　たまねぎ　葉ねぎ	フルーツゼリー	お茶 ゆでとうもろこし

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♪

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。