

6月給食予定献立表

※季節のフルーツとしてメロンが出ます。

アレルギー表示 ●卵 ▲牛乳

日曜日	献立名	主な材料と体内での働き				午前のおやつ (0. 1才のみ)	午後のおやつ ★手作りおやつ
		主に熱や力のもとになるもの	主からだをつくるもの	主からだの調子を整えるもの	その他		
1 土	ツナチャーハン チンゲン菜の和え物 味噌汁	ごま油・米(国産) 砂糖	まぐろフレーク 赤味噌	玉ねぎ・ミカドベジタブル チンゲン菜・もやし・人参 かぼちゃ・玉ねぎ・わかめ	鶏がらスープ・塩・醤油 かつおだし・醤油 かつおだし	▲ビスケット(シガーフライ) ▲牛乳	
3 月	ごはん マスの塩こうじ焼 小松菜の和え物 切干大根の煮物 味噌汁	米(国産) 砂糖 砂糖 じゃが芋	マス うす揚げ 赤味噌	小松菜・キャベツ・人参 切干大根・人参・干しいたけ 玉ねぎ・青ねぎ	塩糖 かつおだし・醤油 かつおだし・醤油・酒 かつおだし	▲ウエハース お茶 黒糖蒸しパン★ ▲牛乳	
4 火	ごはん 鶏肉の梅しょうゆ焼 白菜の和え物 じゃこ大豆 味噌汁	米(国産) 砂糖 砂糖 油・砂糖 油・砂糖 麩	鶏肉 しらす干し・大豆 赤味噌	練り梅 白菜・きゅうり・人参 玉ねぎ・みつば	醤油・みりん かつおだし・醤油 醤油・酒 かつおだし	野菜ハイハイ お茶 ▲ヨーグルト(ココア) フルーツ(オレンジ) お茶	
5 水	ごはん 家常豆腐 コロコロポテトサラダ 汁ピーマン	米(国産) 油・砂糖・片栗粉 じゃが芋・マヨドレ ピーマン	豚肉・絹厚揚げ・テンメンジャン・赤味噌	玉ねぎ・干しいたけ・人参・にんにく・しょうが ミカドベジタブル 人参・チンゲン菜	醤油・酒・鶏がらスープ 塩 鶏がらスープ	▲マンナビスケット お茶 ▲うぐいす豆ホットケーキ★ ▲牛乳	
6 木	お弁当の日					ハイハイ お茶 せんべい(ほたほた焼) ▲牛乳	
7 金	ごはん チキンカルピソテー 春雨の中華和え 中華スープ	米(国産) 油 春雨・ごま油・砂糖	鶏肉	玉ねぎ・赤パプリカ・ピーマン・しめじ きゅうり・コーン・人参 ほうれん草・玉ねぎ・人参	塩・焼肉のたれ 穀物酢・醤油 鶏がらスープ	▲ウエハース お茶 ▲エースコインビスケット ▲牛乳	
8 土	豚汁うどん 小松菜とツナの和え物 フルーツ(バナナ)	さつまいも・うどん 砂糖	豚肉・絹厚揚げ・赤味噌 まぐろフレーク	大根・人参・青ねぎ 小松菜・もやし・人参 バナナ	かつおだし・醤油 かつおだし・醤油	ミニアスバラガスビスケット ▲牛乳	
10 月	ごはん チキンチャップ ブロッコリーのサラダ 粉吹芋 スープ	米(国産) 小麦粉・油・砂糖 マヨドレ じゃが芋	鶏肉	ブロッコリー・キャベツ・人参 ドライパセリ 玉ねぎ・人参・わかめ	塩・クチャップ・赤ワイン風味調味料・ウスターソース 塩 チキンコンソメ	野菜ハイハイ お茶 ▲あじさい彩りかん★ ▲牛乳	
11 火	ごはん サケフライ ひじきの煮物 すまし汁	米(国産) パン粉・小麦粉・油 砂糖 麩	サケ うす揚げ 豆腐	芽ひじき・干しいたけ・人参 玉ねぎ・ほうれん草	塩 かつおだし・醤油・酒 かつおだし・醤油・塩	▲マンナビスケット お茶 ▲マリービスケット フルーツ(バナナ) ▲牛乳	
12 水	▲ポークカレー キャベツのツナサラダ フルーツ(オレンジ)	じゃが芋・油・米(国産) マヨドレ	豚肉 まぐろフレーク	玉ねぎ・人参 キャベツ・人参・きゅうり・コーン オレンジ	▲H-Eトナー	ハイハイ お茶 きなこくずもち★ お茶	
13 木	ごはん 白身魚の土佐焼 小松菜ともやしの和え物 ひじきとさつまいもの煮物 味噌汁	米(国産) 砂糖 砂糖 砂糖・ごま油	ホキ・かつお節 さつまいも うす揚げ・赤味噌	小松菜・もやし・人参 芽ひじき・干しいたけ・人参・グリーンピース かぼちゃ・玉ねぎ	醤油・みりん・酒 かつおだし・醤油 かつおだし・醤油・酒 かつおだし	▲ウエハース お茶 ▲ビスコ ▲牛乳	
14 金	麦入りごはん 鶏肉と野菜のオイスター炒め マロニーサラダ 中華スープ	米(国産)・押麦 油・ごま油 マロニー・マヨドレ	鶏肉 豆腐	チンゲン菜・玉ねぎ・赤パプリカ・黄パプリカ コーン・人参・きゅうり 人参・みつば	オイスターソース・醤油・酒 鶏がらスープ	野菜ハイハイ お茶 ▲ツナサンド★ ▲牛乳	
15 土	豚 丼 ほうれん草の和え物 味噌汁	砂糖・米(国産) 砂糖	豚肉 赤味噌	玉ねぎ・人参 ほうれん草・もやし・人参 大根・しめじ・わかめ	かつおだし・醤油・みりん かつおだし・醤油 かつおだし	ソフトサラダ ▲牛乳	
17 月	ごはん 鶏肉の照焼 キャベツの和え物 さつまいもの煮物 味噌汁	米(国産) 砂糖 砂糖 さつまいも・砂糖	鶏肉 豆腐・赤味噌	小松菜・キャベツ・人参 玉ねぎ・人参	醤油・みりん・酒 かつおだし・醤油 かつおだし・醤油 かつおだし	▲マンナビスケット お茶 ▲コーンフレーククッキー★ ▲牛乳	
18 火	ごはん 肉じゃが チンゲン菜のおかか和え 味噌汁	米(国産) じゃが芋・油・砂糖 砂糖 麩	牛肉 かつお節 赤味噌	玉ねぎ・人参・グリーンピース チンゲン菜・白菜・コーン 大根・人参	かつおだし・醤油・みりん・酒 かつおだし・醤油 かつおだし	ハイハイ お茶 ▲ヨーグルト イチゴジャム添え★ お茶	
19 水	麦入りごはん サバの塩焼 キャベツとちくわの酢の物 細切昆布と大豆の煮物 味噌汁	米(国産)・押麦 砂糖 砂糖	サバ ちくわ 大豆 赤味噌	キャベツ・人参 きざみ昆布・人参・干しいたけ 玉ねぎ・しめじ・青ねぎ	塩 かつおだし・穀物酢・醤油 かつおだし・醤油・酒 かつおだし	▲ウエハース お茶 ▲せんべい(雪の宿) フルーツ(オレンジ) ▲牛乳	
20 木	ごはん 麻婆豆腐 ナムル 中華スープ	米(国産) 油・砂糖・片栗粉 白ごま・砂糖・ごま油	豆腐・豚ミンチ・赤だしみそ	ニラ・にんにく・しょうが もやし・人参・ほうれん草 玉ねぎ・人参・みつば	鶏がらスープ・醤油 醤油 鶏がらスープ	野菜ハイハイ お茶 ▲ビスケット(シガーフライ) ▲牛乳	
21 金	ごはん チキン甘酢あん 小松菜のごま和え ●かき玉汁	米(国産) 片栗粉・油・砂糖 白ごま・砂糖	鶏肉 ●卵	小松菜・キャベツ・人参 玉ねぎ・人参	塩・酒・醤油・穀物酢 かつおだし・醤油 かつおだし・醤油・塩	▲マンナビスケット お茶 わかめおにぎり★ お茶	
22 土	イタリアンスパゲティ コロコロかぼちゃサラダ スープ	スパゲティ・油 マヨドレ	ウインナー	玉ねぎ・人参・ピーマン かぼちゃ・きゅうり・コーン チンゲン菜・ブロッコリー・人参	チキンコンソメ・クチャップ 塩 チキンコンソメ	ソフトせんべい ▲牛乳	
24 月	▲キーマカレー ブロッコリーとツナの和え物 フルーツ(オレンジ)	じゃが芋・油・米(国産) 砂糖	鶏ミンチ まぐろフレーク	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・キャベツ・人参 オレンジ	▲カレールー かつおだし・醤油	ハイハイ お茶 じゃがおやき★(1.2才) みたらし豆腐だんご★(3.4.5才) お茶	
25 火	麦入りごはん 白身魚の天ぷら じゃが芋と厚揚げの煮物 具だくさん味噌汁	米(国産)・押麦 小麦粉・油 じゃが芋・砂糖	ホキ 絹厚揚げ 赤味噌	人参・さやいんげん 白菜・玉ねぎ・人参・青ねぎ	酒・塩 かつおだし・醤油・酒・みりん かつおだし	▲ウエハース お茶 せんべい(ほたほた焼) フルーツ(バナナ) ▲牛乳	
26 水	●親子丼 キャベツのじゃこ和え 味噌汁	砂糖・片栗粉・米(国産) 砂糖 さつまいも	鶏肉・●卵 しらす干し 赤味噌	玉ねぎ・人参・干しいたけ・みつば キャベツ・きゅうり・人参 大根・わかめ	かつおだし・醤油・みりん かつおだし・醤油 かつおだし	野菜ハイハイ お茶 ミニアスバラガスビスケット フルーツ(メロン) ▲牛乳	
27 木	ごはん 揚げアジの中華ダレ 白菜とチンゲン菜の和え物 具だくさん味噌汁	米(国産) 片栗粉・油・砂糖 砂糖 麩	あじ 豆腐・うす揚げ・赤味噌	青ねぎ 白菜・さやいんげん・しめじ・人参 大根・人参	酒・醤油・穀物酢 かつおだし・醤油 かつおだし	▲マンナビスケット お茶 水無月★ お茶	
28 金	ケチャップライス 鶏肉のマーメレード焼 ブロッコリーとコーンのサラダ スープ デザート(ぶどうゼリー)	油・米(国産) オレンジマーマレード マヨドレ さつまいも	ウインナー 鶏肉	玉ねぎ・グリーンピース ブロッコリー・人参・コーン 玉ねぎ・人参	ケチャップ・チキンコンソメ 醤油・酒 チキンコンソメ ぶどうゼリー	ハイハイ お茶 ●▲メープルシフォンケーキ ▲牛乳	
29 土	焼うどん ブロッコリーの和え物 フルーツ(バナナ)	うどん・油 砂糖	豚肉	キャベツ・玉ねぎ・人参 ブロッコリー・人参・コーン バナナ	塩・醤油・ウスターソース かつおだし・醤油	▲せんべい(黒糖みるく) ▲牛乳	