

6月 保育園給食献立表

平成 29年度

日曜	幼児	3未加算食	主要材料()内は乳児のみ			3時のおやつ
			血や肉や骨になるもの	熱や力を出すもの	身体の調子を良くするもの	
1木	サケのレモン風味照り焼き 炒り豆腐 金時煮豆	ごはん	鮭 豆腐 卵 鶏ミンチ 豆乳	砂糖 しょう油 みりん 油 金時豆 上新粉 パーキングパウダー	レモン 玉ねぎ 人参 ネギ 干しいたけ パナナ	牛乳 米粉のモチモチケーキ
2金	スパニッシュオムレツ アスパラガスのゴマ和え しらすとしそ昆布のふりかけ オレンジ	ごはん	卵 鶏ミンチ しらす干し かつお節 きな粉	油 コンソメ じゃが芋 片栗粉 砂糖 しょう油 ゴマ 酢 しそ昆布 わらび餅粉	玉ねぎ 人参 ビーマン ピュレ アスパラガス オレンジ	牛乳 わらび餅
3土	ミートソーススパゲティ 果物		豚ミンチ	パスタ 油 砂糖 コンソメ	玉ねぎ 人参 トマト缶 ピュレ ケチャップ バセリ	牛乳 かし
5月	鶏肉の香味焼き 千草和え そうめん汁 グレープフルーツ	ごはん	鶏肉 みそ	砂糖 しょう油 ゴマ そうめん	生姜 ニンニク 玉ねぎ 切干大根 小松菜 白糸こんにゃく 人参 しめじ ネギ グレープフルーツ	牛乳 かし
6火	蒸しガレイの薬味ダレ 三色ナムル かきたま汁	ごはん	鰹 豆腐 卵	ゴマ油 砂糖 しょう油 ゴマ コンソメ 片栗粉 小麦粉 パーキングパウダー さつま芋	生姜 ニンニク 玉ねぎ もやし 人参 小松菜 エノキ	牛乳 さつま芋蒸しパン
7水	レバー入りハンバーグ ビーンズポテトサラダ ボイルブロッコリー	ごはん	鶏ミンチ 鶏レバーミンチ 豚ミンチ ツナ 大豆	パン粉 デミグラスソース コンソメ 片栗粉 じゃが芋 ひよこ豆 青えんどう 金時豆 マヨネーズ 砂糖	生姜 ニンニク 玉ねぎ 人参 ナツメグ きゅうり ブロッコリー レモン 寒天	牛乳 人参ゼリー
8木	サワラのバーベキュー風 ごぼうサラダ トマトスープ オレンジ	ごはん	鯖 ロースハム	片栗粉 油 砂糖 しょう油 みりん マヨネーズ ゴマ コンソメ	ごぼう 人参 きゅうり 玉ねぎ キャベツ しめじ トマト トマト缶 とうもろこし オクラ オレンジ	牛乳 かし
9金	豚肉のマーマレード焼き きゅうりの昆布和え 豆腐のみそ汁	ごはん	豚肉 豆腐 みそ	マーマレード しょう油 ゴマ油 砂糖 餃子の皮	きゅうり もやし 塩昆布 玉ねぎ エノキ 小松菜 りんご レモン	牛乳 アップルパイ
10土	中華丼 もやしと人参の和え物 果物		豚肉	米 油 コンソメ 砂糖 しょう油 片栗粉 ゴマ油	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし ニラ キクラゲ タケノコ	牛乳 かし
12月	鶏肉のカレーじょう油焼き 切干大根サラダ 麩のすまし汁 グレープフルーツ	ごはん	鶏肉 ロースハム	砂糖 しょう油 ゴマ マヨネーズ お麩	生姜 ニンニク カレー粉 切干大根 人参 きゅうり エノキ ワカメ ネギ グレープフルーツ	牛乳 かし
13火	カレーの煮付け 卵の花の炒り煮 オクラのゴマ和え	ごはん	鰹 おから 卵 枝わか 油あげ スキムミルク	砂糖 しょう油 みりん ゴマ油 ゴマ 上新粉 長芋 パーキングパウダー 甘納豆	ごぼう 人参 こんにゃく ネギ オクラ	牛乳 かるかん
14水	鶏肉の唐揚げ 拌三絲 ワカメスープ	ごはん	鶏肉 ロースハム 卵 牛乳 スキムミルク	砂糖 しょう油 小麦粉 片栗粉 油 デンプン 春雨 酢 ゴマ ゴマ油 コンソメ パンライッセンス	生姜 ニンニク 人参 もやし きゅうり キクラゲ 玉ねぎ ワカメ エノキ	牛乳 ブリン
15木	サワラのムニエルみどり酢がけ キャベツと小松菜の和え物 かぼちゃのポタージュ	ごはん	鯖 鶏ささみ 豆乳	小麦粉 砂糖 酢 しょう油 ゴマ ゴマ油 油 じゃが芋 コンソメ	きゅうり りんご レモン キャベツ 人参 小松菜 とうもろこし 玉ねぎ かぼちゃ バセリ	牛乳 かし
16金	肉じゃが ビーマンのおかか和え ししゃものみりん干し オレンジ	ごはん	豚肉 かつお節 ししゃものみりん干し	油 砂糖 しょう油 じゃが芋 さらし餡	玉ねぎ 人参 白糸こんにゃく インゲン ビーマン パプリカ オレンジ 寒天	牛乳 水ようかん
17土	きつねうどん 果物		油あげ	うどん 砂糖 しょう油 みりん	もやし 人参 ワカメ ネギ	牛乳 かし
19月	豚肉の生姜焼き ひじきの炒り煮 きのこのみそ汁 デラウエア	ごはん	豚肉 卵 枝わか 油あげ みそ	砂糖 しょう油 お麩	生姜 ひじき 人参 インゲン 玉ねぎ しめじ エノキ ワカメ デラウエア	牛乳 かし
20火	サケフライタルタルソースがけ 人参グラッセ 野菜スープ	ごはん	鮭 卵	小麦粉 パン粉 油 コンソメ マヨネーズ 砂糖 ぶどうジュース	玉ねぎ セロリ バセリ 人参 キャベツ もやし しいたけ とうもろこし チンゲン菜 寒天	牛乳 あじさいゼリー
21水	中華スープ 鶏レバーの照り煮 粉ふき芋	ごはん	豚肉 エビ イカ 鶏レバー 卵 牛乳 おから	ゴマ油 砂糖 しょう油 コンソメ 片栗粉 デンプン 春雨 みりん じゃが芋 小麦粉 パーキングパウダー 油	玉ねぎ 人参 キャベツ しいたけ もやし タケノコ キクラゲ ニラ チンゲン菜 生姜 青のり	牛乳 おからドーナツ
22木	高野豆腐の卵とし インゲンのゴマ和え 納豆 バイナップル	ごはん	鶏肉 卵 枝わか 高野豆腐 卵 納豆	油 砂糖 しょう油 じゃが芋 ゴマ	玉ねぎ 人参 干しいたけ インゲン バイナップル	牛乳 かし
23金	アジの南蛮漬け(3未:サワラ) 蒸しかぼちゃ ワカメの炒め物	ごはん	鰹(鯖)卵 植物性生クリーム	片栗粉 油 砂糖 しょう油 酢 ゴマ 小麦粉 コーンスターチ パーキングパウダー	玉ねぎ 人参 セロリ かぼちゃ ワカメ	牛乳 メロンパン
24土	和風スパゲティ 果物		豚肉 かつお節	パスタ 油 砂糖 しょう油	生姜 玉ねぎ ごぼう エノキ ネギ	牛乳 かし
26月	豚ロースの冷しゃぶ ボイル野菜 トマト 豆腐とエビのスープ	ごはん	豚肉 みそ 豆腐 エビ 卵	砂糖 酢 しょう油 マヨネーズ ゴマ ゴマ油 コンソメ 油 じゃが芋	玉ねぎ 人参 きゅうり もやし トマト 生姜 ネギ	牛乳 フライドポテト
27火	お誕生日会 三色ごはん グリーンサラダ 豚汁 プチゼリー		豚ミンチ 鶏ミンチ 卵 しらす干し 豚肉 油あげ みそ きな粉	米 コンソメ 砂糖 しょう油 ゴマ油 さつま芋 プチゼリー マカロニ	人参 ひじき 生姜 キャベツ ビーマン ブロッコリー 玉ねぎ ごぼう こんにゃく 大根	牛乳 マカロニあべかわ
28水	サワラのムニエルマリネソースがけ ボイルアスパラガス ビンソワーズ	ごはん	鯖 豆乳	小麦粉 オリブ油 コンソメ 砂糖 酢 油 じゃが芋	玉ねぎ セロリ トマト バセリ アスパラガス バセリ	牛乳 かし
29木	かぼちゃのコロッケ ボイルキャベツ ひじきふりかけ バイナップル	ごはん	豚ミンチ チーズ 卵 しらす干し かつお節 粉がつつ	油 砂糖 しょう油 小麦粉 パン粉 じゃが芋 酢 ゴマ 炒かり 長芋 お好みソース	玉ねぎ かぼちゃ キャベツ 人参 ひじき 青のり バイナップル ネギ	牛乳 お好み焼き
30金	サケの塩焼き ビーマンのきんぴら もずくのみそ汁 デラウエア	ごはん	鮭 卵 枝わか みそ	ゴマ油 砂糖 しょう油 ゴマ	ビーマン パプリカ 人参 しめじ 玉ねぎ もずく オクラ デラウエア	牛乳 かし