

# 6月 保育園給食献立表

平成 30年度

日曜	幼児	3米加算食	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	金	白身魚の煮付け ビーマンのきんぴら もずくのみそ汁	ごはん	鶏 卵抜ちくわみそ きな粉	砂糖 しょう油 みりん 片栗粉 ゴマ油 ゴマ わらび餅	ビーマン パブリカ 人参 しめじ 玉ねぎ もずく 小松菜	牛乳 わらび餅
2	土	和風スパゲティー 果物		豚肉 かつお節	パスタ 油 砂糖 しょう油	ごぼう 玉ねぎ エノキ ネギ 生姜	牛乳 かし
4	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	ごはん オレンジ	鶏肉 ロースハム	砂糖 しょう油 カレー粉 マヨネーズ ゴマ 麩	生姜 ニンニク 切干大根 人参 きゅうり エノキ ワカメ	牛乳 かし
5	火	高野豆腐の卵とじ アスパラガスのゴマ和え 焼きししゃも	ごはん	高野豆腐 鶏肉 卵 卵抜ちくわ ししゃも 豆乳	油 砂糖 しょう油 じゃが芋 ゴマ 上新粉 ペーキングパウダー	玉ねぎ 人参 干しいたけ アラスカ アスパラガス パナナ レモン	牛乳 米粉のモチモチケーキ
6	水	マグロの変わり揚げ キャベツと小松菜の和え物 ひじきふりかけ オレンジ	ごはん	鯖 しらす干し	砂糖 しょう油 片栗粉 油 ゴマ 片栗粉 酢 ゆかり	生姜 レモン ケチャップ キャベツ 人参 小松菜 とうもろこし ひじき 青のり オレンジ	牛乳 かし
7	木	ポークビーンズ グリーンサラダ うずら煮卵	ごはん	豚肉 ウインナー 大豆 しらす干し うずら卵	油 砂糖 コンソメ じゃが芋 ゴマ油 しょう油 みかん缶 バイン缶 黄桃缶 白玉粉 小麦粉	玉ねぎ 人参 エリンギ トマト缶 ビュレケチャップ パセリ キャベツ ビーマン ブロッコリー 寒天	牛乳 フルーツポンチ
8	金	ハンバーグ 人参グラッセ スパゲティーソテー グレープフルーツ	ごはん	豚ミンチ 鶏ミンチ おから	パン粉 砂糖 しょう油 チミグラスソース 中濃ソース 油 コンソメ パスタ	生姜 ニンニク 玉ねぎ 人参 ナツメグ エリンギ ビーマン グレープフルーツ	牛乳 かし
9	土	田舎うどん 果物		鶏肉 卵抜ちくわ	うどん ゴマ油 砂糖 しょう油 星芋	ごぼう 人参 大根 しめじ ネギ	牛乳 かし
11	月	鶏肉のネギ塩焼き ひじきの炒り煮 トマト	菜めし	鶏肉 卵抜ちくわ 油あげ チーズ 枝豆	ゴマ油 砂糖 しょう油 小麦粉 ペーキングパウダー	生姜 ニンニク 玉ねぎ ネギ ひじき 人参 インゲン トマト	牛乳 枝豆チーズ蒸しパン
12	火	魚のバーベキュー風 マカロニサラダ もずくスープ パナナ	ごはん	鯖 ロースハム	片栗粉 油 砂糖 しょう油 みりん マカロニ しょう油 片栗粉 砂糖 みりん じゃが芋 コンソメ	人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ もずく 小松菜 パナナ	牛乳 かし
13	水	チキンカレーシチュー フレンチサラダ 福神漬	ごはん オレンジ	鶏肉 ツナ	油 コンソメ カレー粉 じゃが芋 砂糖 酢 福神漬 ぶどう ジュース	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり 寒天	牛乳 あじさいゼリー
14	木	中華スープ 鶏レバーの照り煮 粉ふき芋 冷凍みかん	ごはん	豚肉 エビ イカ 鶏レバー	デンプン 春雨 ゴマ油 コンソメ しょう油 片栗粉 砂糖 みりん じゃが芋	玉ねぎ 人参 キクラゲ キャベツ タケノコ もやし しいたけ ニラ チンゲン菜 生姜 青のり 冷凍みかん	牛乳 かし
15	金	魚の塩焼き 炒めビーフン ブロッコリーのゴマ和え	ごはん	鮭 豚肉 きな粉	ビーフン ゴマ油 しょう油 コンソメ ゴマ 砂糖 米もち米 甘納豆	玉ねぎ 人参 もやし キクラゲ キャベツ ニラ ブロッコリー とうもろこし	牛乳 おはぎ
16	土	親子丼 果物		鶏肉 卵	米 油 砂糖 しょう油	玉ねぎ 人参 しいたけ 三ツ葉	牛乳 かし
18	月	鶏肉の唐揚げ 拌三絲 ワカメスープ (くま組・きりん組はパン 魚肉ソーセージ パナナ)	ごはん	鶏肉 ロースハム 卵 卵抜ちくわ エビ (魚肉ソーセージ)	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 中華麺 (パン)	生姜 ニンニク 人参 きゅうり もやし キクラゲ 玉ねぎ ワカメ エノキ キャベツ ネギ (パナナ)	牛乳 塩焼きそば
19	火	魚のムニエルマリネソースがけ おじゃかとじゃこのおかか和え ポイルアスパラガス	ゆかり ごはん	鯖 しらす干し かつお節	小麦粉 オリーブ油 砂糖 酢 じゃが芋 マーガリン しょう油	玉ねぎ セロリ トマト パセリ ネギ アスパラガス 生パイン	牛乳 生パイン かし
20	水	豚ロースの冷しゃぶ ポイル野菜 トマト 豆腐スープ	ごはん	豚ロース みそ 豆腐 エビ	砂糖 酢 しょう油 ゴマ 小麦粉 マヨネーズ コンソメ	玉ねぎ 人参 もやし セロリ トマト ネギ	牛乳 かし
21	木	肉じゃが オクラのゴマ和え 味つけのり グレープフルーツ	ごはん	牛肉 豚肉	油 砂糖 しょう油 じゃが芋 ゴマ 味つけのり メロンパン	玉ねぎ 人参 白米こんにやく オクラ グレープフルーツ	牛乳 メロンパン
22	金	魚のレモン風味照り焼き 炒り豆腐 キャベツのみそ汁	ごはん オレンジ	鮭 鶏ミンチ 豆腐 卵 卵抜ちくわ 豆乳	砂糖 しょう油 みりん 片栗粉	レモン 玉ねぎ 人参 干しいたけ ネギ キャベツ 小松菜	牛乳 豆乳餅
23	土	スパゲティーナポリタン 果物		鶏肉 ベーコン	パスタ 油 砂糖 コンソメ	ケチャップ 玉ねぎ 人参 エリンギ ビーマン パセリ	牛乳 かし
25	月	豚肉のマーマレード焼き 千草和え そうめん汁	ごはん	豚肉	マーマレード ジャム しょう油 砂糖 ゴマ そうめん りんごゼリー	切干大根 小松菜 人参 しめじ 白米こんにやく ネギ	牛乳 りんごゼリー
26	火	お誕生日会 ☆☆☆ カラフルピラフ ささ身のフライオーロラソース添え ポイルブロッコリー トマトスープ ブチゼリー		鶏ささ身	米 油 コンソメ 小麦粉 パン粉 マヨネーズ 砂糖 しょう油 ブチゼリー	玉ねぎ 人参 パブリカ パセリ ケチャップ ブロッコリー キャベツ しめじ トマト トマト缶 とうもろこし オクラ	牛乳 かし
27	水	厚揚げとかぼちゃのそぼろ煮 インゲンのゴマ和え ししゃものみりん干し パナナ	ごはん	厚揚げ 鶏ミンチ ししゃものみりん干し 豆腐 卵 牛乳	油 砂糖 しょう油 片栗粉 ゴマ 小麦粉 ペーキングパウダー	玉ねぎ 人参 干しいたけ かぼちゃ インゲン パナナ	牛乳 豆腐ドーナツ
28	木	蒸しガレイの薬味ダレ 卵の花の炒り煮 金時煮豆 冷凍みかん	ごはん	鯛 おから 卵抜ちくわ 油あげ	砂糖 ゴマ しょう油 片栗粉 ゴマ油 金時豆	ニンニク 生姜 玉ねぎ ネギ ごぼう 人参 こんにやく 冷凍みかん	牛乳 かし
29	金	夏野菜カレーシチュー コールスローサラダ 福神漬	ごはん 蒸し芋	豚肉 ロースハム	油 コンソメ カレー粉 砂糖 マヨネーズ 福神漬 アイスクリーム	玉ねぎ トマト ナス ビーマン とうもろこし かぼちゃ キャベツ 人参 きゅうり	牛乳 アイスクリーム
30	土	焼きそば 果物		豚肉 卵抜ちくわ かつお節	中華麺 油 コンソメ お好みソース	玉ねぎ 人参 もやし キャベツ ネギ 青のり	牛乳 かし