



6月 保育園給食献立表



平成24年度

日 曜	献立名 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	身体の調子を整えるもの	
1 金	カツオの変わり揚げ ごぼうサラダ そうめん汁	ごはん	豚 ロースハム	片栗粉 油 ゴマ マヨネーズ そうめん しょう油 小麦粉 ベーキングパウダー イチゴジャム 糖 乳 砂糖	生姜 レモン ケチャップ ごぼう 人参 きゅうり ネギ	牛乳 イチゴミルク蒸しパン
2 土	きつねうどん 果物		油揚げ	砂糖 しょう油 うどん	わかめ ネギ	牛乳 かし
4 月	鶏肉のカレーじょう油焼き 春雨サラダ しらすとしそ昆布のふりかけ パナナ	ごはん	鶏肉 ロースハム しらす干し 花かつお 卵 生クリーム	しょう油 カレー粉 みりん シンチン春雨 ゴマ 餅 小麦粉 コーンスターチ ベーキングパウダー グラニュー糖	生姜 ニンニク 人参 ひじき きゅうり しそ昆布 パナナ	牛乳 メロンパン
5 火	サワラの照焼き ピーマンのおかか和え 煮豆	ごはん	鯖 花かつお	しょう油 みりん 砂糖 金時豆	ピーマン パプリカ 人参 しめじ	牛乳 かし
6 水	スパニッシュオムレツ ボイルブロッコリー 野菜スープ	ごはん 果物	卵 鶏ミンチ	じゃが芋 コンソメ	玉ねぎ 人参 ピーマン ケチャップ ピュレ ブロッコリー キャベツ もやし しいたけ	牛乳 かし
7 木	ハヤシシチュー コールスローサラダ 福神漬 パイン	ごはん	豚肉 ロースハム カルピス	油 コンソメ デミグラスソース マヨネーズ 酢 砂糖 パイン缶	玉ねぎ しめじ トマト缶 ピュレ ケチャップ 人参 キャベツ きゅうり 福神漬 ぶどうジュース 寒天	牛乳 あじさいゼリー
8 金	白身魚の塩焼き 干草和え 高野豆腐のオランダ煮	ゆかりごはん	白身魚 高野豆腐 小魚	砂糖 しょう油 片栗粉 油 さつま芋 ゴマ	小松菜 人参 白糸こんにゃく しめじ 切干大根	牛乳 小魚スナック
9 土	中華丼 果物	ごはん	豚肉 うずらの卵	油 コンソメ しょう油 片栗粉	人参 白菜 玉ねぎ キクラゲ タケノコ	牛乳 かし
11 月	白身魚のおろし煮チンゲン菜添え 切干大根の酢の物 納豆	ごはん	白身魚 しらす干し 納豆 スキムミルク	砂糖 しょう油 ゴマ油 酢 上新粉 ベーキングパウダー 山芋 甘納豆	大根 チンゲン菜 切干大根 人参 きゅうり セロリ	牛乳 かるかん
12 火	親子煮 いんげんのゴマ和え 味付けのり モモ缶	ごはん	鶏肉 高野豆腐 卵 枝さちくわ	じゃが芋 油 しょう油 砂糖 ゴマ 味付け	玉ねぎ 人参 干しいたけ アラスカ いんげん 味付けのり	牛乳 かし
13 水	サケのタルタルソース添え ボイルアスパラガス わかめスープ	じゃこごはん	鮭 卵	油 マヨネーズ コンソメ ゴマ ゴマ油	玉ねぎ セロリ パセリ アスパラガス えのき わかめ	牛乳 かし
14 木	チーズ入りコロッケ ボイルキャベツ 人参グラッセ 豆腐と油揚げのみそ汁	ごはん	豚ミンチ チーズ 卵 豆腐 油揚げ みそ	じゃが芋 パン粉 小麦粉 砂糖 コンソメ きな粉 ロールパン	玉ねぎ キャベツ 人参 わかめ ねぎ	牛乳 きな粉ロールパン
15 金	ミネストローネ ハムエッグ 鉄強化ふりかけ オレンジ	ごはん	鶏肉 エビ ベーコン 卵 ロースハム	油 コンソメ 鉄強化ふりかけ 砂糖 しょう油 小麦粉 白玉粉	かぼちゃ 玉ねぎ 人参 キャベツ エリンギ しめじ トマト缶 ピュレ ケチャップ オレンジ	牛乳 甘辛団子
16 土	《2上参観日》 和風スパゲティ 果物		豚肉 花かつお 卵	パスタ 砂糖 しょう油 油	玉ねぎ 生姜 えのき	牛乳 かし
18 月	豚肉の生姜焼き ひじきの炒り煮 そうめん汁	ごはん	豚肉 卵 枝さちくわ 油あげ	しょう油 砂糖 みりん そうめん	生姜 人参 ひじき いんげん ネギ	牛乳 かし
19 火	アジの南蛮漬(3未:サワラ) トマト キャベツと油揚げの麦みそ汁 パナナ	ごはん	鯖(鯖) 油揚げ 麦みそ	片栗粉 小麦粉 油 砂糖 しょう油 酢 さらし粉	玉ねぎ 人参 セロリ トマト キャベツ ネギ パナナ 寒天	牛乳 水ようかん
20 水	肉じゃが キャベツとわかめの酢の物 しらすとしそ昆布のふりかけ オレンジ	ごはん	豚肉 しらす干し 花かつお 卵	じゃが芋 しょう油 砂糖 酢 ゴマ	人参 玉ねぎ 白糸こんにゃく アラスカ キャベツ きゅうり わかめ しそ昆布 オレンジ	牛乳 かし
21 木	サケの幽庵焼き オクラのおかか和え 豆乳汁	ごはん	鯖 花かつお 卵 豆腐 油揚げ 豆乳 みそ	しょう油 みりん 砂糖 アップルジュース	ゆず オクラ 大根 えのき 人参 しめじ ねぎ 寒天	牛乳 アップルゼリー
22 金	鶏肉の香味焼き おからの炒り煮 きゅうりの和え物	ごはん	鶏肉 みそ おから 卵 枝さちくわ 油揚げ	ゴマ油 しょう油 砂糖	玉ねぎ ニンニク 生姜 人参 ごぼう こんにゃく ねぎ きゅうり	牛乳 かし
23 土	オープンサンド ポトフ 果物		ウインナー ベーコン	ロールパン コンソメ じゃが芋	ケチャップ キャベツ 人参 玉ねぎ パセリ	牛乳 かし
25 月	豚ロースの冷しゃぶ ボイル野菜 トマト エビと豆腐のかき玉汁	ごはん	豚肉 みそ エビ 卵 豆腐 チーズ	ゴマ マヨネーズ しょう油 酢 みりん	玉ねぎ 人参 もやし きゅうり セロリ トマト ねぎ	牛乳 クラッカー チーズ
26 火	サバの竜田揚げ(3未:サワラ) ばんさんすう 野菜スープ チェリー	ごはん 味付けのり	鯖(鯖) ロースハム 卵	片栗粉 小麦粉 油 シンチン春雨 砂糖 しょう油 酢 コンソメ チェリー	人参 もやし きゅうり キクラゲ 玉ねぎ キャベツ パセリ	牛乳 かし
27 水	《お誕生日会》 チキンライス エビフライ ミートローフ ボイル野菜 コンソメスープ プチゼリー	ごはん	鶏肉 エビ 卵 豚ミンチ 鶏ミンチ	コンソメ 油 パン粉 小麦粉 プチゼリー ひよこカステラ	ケチャップ とうもろこし アスパラ 玉ねぎ 人参 キャベツ エリンギ タケノコ	牛乳 ひよこカステラ
28 木	ミートボール 粉ふき芋 人参グラッセ トマトスープ	ごはん	豚ミンチ 鶏ミンチ 卵	パン粉 砂糖 しょう油 油 じゃが芋 コンソメ わらび餅粉	玉ねぎ 生姜 ひじき 青のり 人参 トマト キャベツ しめじ トマト缶 オクラ とうもろこし	牛乳 わらび餅
29 金	中華スープ 鶏レバーの照り煮 ボイルアスパラガス オレンジ	ごはん	豚肉 エビ イカ 鶏レバー	ゴマ油 デンブ春雨 コーン粉 片栗粉 しょう油 みりん 砂糖 白玉粉 パイン缶 みかん缶 漬物	キャベツ 玉ねぎ キクラゲ 人参 タケノコ しいたけ もやし ニラ アスパラガス 生姜 寒天	牛乳 フルーツポンチ
30 土	塩焼きそば 果物		豚肉 エビ 卵 枝さちくわ	中華麺 油 コンソメ しょう油	キャベツ 人参 もやし ねぎ 青のり	牛乳 かし

給食試食会