

# 6月の献立表



日	献立(昼食・おやつ)	赤●:血や肉になる	黄▲:熱や力になる	緑■:調子を整える
1 (月)	鮭のごま焼き 切干大根のスープ煮 清汁・果物 抹茶バウンドケーキ・牛乳	鮭 ベーコン かつおだし 湯葉 卵 牛乳/牛乳	ごま 小麦粉 バター	(付)キャベツ コーン缶 切干大根 人参 グリンピース 玉葱 人参 三つ葉/オレンジ 抹茶
2 (火)	鶏肉の和風マヨネーズ焼き さつまいものレモン煮 味噌汁・果物 オレンジゼリー・おかき・牛乳	鶏肉 味噌 煮干し ゼラチン/牛乳	マヨネーズ さつまいも オレンジジュース みかん缶 おかき	(付)トマト ブロッコリー レモン 南瓜 玉葱 青葱/メロン
3 (水)	鶏のトマト煮 マカロニサラダ 野菜スープ・果物 フルーツヨーグルト・牛乳	鶏肉 ロースハム ベーコン ヨーグルト/牛乳	じゃがいも マヨネーズ マカロニ みかん缶 もも缶 梨缶	玉葱 人参 バセリ きゅうり レタス 人参/バナナ ブルーベリー
4 (木)	カレーライス ブロッコリーのサラダ 果物 ストロベリーグッキー・牛乳	豚肉 卵/牛乳	カレールー 米 じゃがいも 小麦粉 イチゴジャム バター	人参 玉葱 ブロッコリー コーン缶 オレンジ
5 (金)	アジの煮付け 菜種サラダ 味噌汁・果物 スナック蒸しパン・牛乳	アジ 卵 かにかま 煮干し 味噌 油揚げ 豆腐 ベーコン/牛乳	マヨネーズ 小麦粉	しょうが (付)南瓜 プチトマト キャベツ きゅうり 青葱/バナナ コーン缶
6 (土)	三色丼 きゅうりの酢の物 味噌汁・果物 バームクーヘン・牛乳	鮭 卵 煮干し 味噌 /牛乳	米 ごま さつまいも バームクーヘン	ほうれん草 きゅうり ワカメ えのきたけ 玉葱 人参/果物
8 (月)	サバのしょうが焼き がんもの含め煮 ワカメスープ・果物 チョコチップ蒸しパン・牛乳	サバ がんもどき /牛乳	ごま 小麦粉 チョコレート	しょうが (付)トマト ブロッコリー 人参 キヌサヤ ワカメ/バナナ
9 (火)	牛肉と春雨の炒め物 竹輪のサラダ 清汁・果物 フレンチトースト・牛乳	牛肉 竹輪 かつおだし はんぺん 卵 牛乳/牛乳	ごま 食パン	春雨 玉葱 ニラ きゅうり キャベツ 人参 三つ葉 人参/バナナ
10 (水)	鶏のマーマレード焼き ナポリタン 野菜スープ・果物 フルーツミルク寒天・牛乳	鶏肉 ウインナー 牛乳/牛乳	マーマレード マカロニ みかん缶 もも缶 梨缶	(付)ほうれん草 コーン缶 玉葱 人参 ビーマン ワカメ 玉葱 レタス/オレンジ 寒天 パナナ
11 (木)	チキンライス ひじきサラダ 味噌汁・果物 ミートスパゲッティ・お茶	鶏肉 味噌 煮干し 合いひき肉/お茶	米 マヨネーズ じゃがいも スパゲッティ	人参 玉葱 ビーマン グリーンピース ひじき きゅうり コーン缶 大根 人参/メロン 玉葱 人参 トマト缶
12 (金)	豚じゃが 春雨の酢の物 清汁・果物 ごまバウンドケーキ・牛乳	豚肉 かにかま 湯葉 かつおだし 卵 牛乳/牛乳	じゃがいも ごま さつまいも ごま 小麦粉 バター	玉葱 人参 キヌサヤ 糸こんにゃく 春雨 きゅうり 人参 /グレープフルーツ
13 (土)	豚肉のケチャップ炒め ほうれん草のごまあえ 清汁・果物 マフィン・牛乳	豚肉 かつおだし /牛乳	ごま じゃがいも マフィン	玉葱 しめじ バセリ (付)ブロッコリー ほうれん草 大根 青葱/果物
15 (月)	鮭のごま焼き 切干大根のスープ煮 清汁・果物 抹茶バウンドケーキ・牛乳	鮭 ベーコン かつおだし 湯葉 卵 牛乳/牛乳	ごま 小麦粉 バター	(付)キャベツ コーン缶 切干大根 人参 グリンピース 玉葱 人参 三つ葉/オレンジ 抹茶

## ●10時のおやつ (乳児のみ)

月/牛乳  
火/牛乳  
水/牛乳  
木/牛乳  
金/牛乳

おやつは自然食品の物を

《離乳食》※家庭の様子をうかがいながらその子の成長に合わせた食事を出しています		給食		おやつ		材料	
初期	おもゆ 野菜のくたくた煮	すまし汁	月齢に合わせたお菓子や果物	●かつおだし 煮干し 白身魚 鮭 ひじき ワカメ 鶏肉 豚肉 牛肉 豆腐 卵 ツナ チーズ みそ	▲米 ソーメン 麩 じゃが芋 さつまいも 里芋 マカロニ	■キャベツ 人参 玉葱 三度豆 小松菜 チンゲン菜 トマト かぼちゃ きゅうり 白菜 ほうれん草 しろな	
中期	おかゆ 野菜のやわらか煮	野菜スープ のどれかが つきます					
後期	やわらかごはん						

令和2年 5月29日発行 未広認定こども園

日	献立(昼食・おやつ)	赤●:血や肉になる	黄▲:熱や力になる
16 (火)	鶏肉の和風マヨネーズ焼き さつまいものレモン煮 味噌汁・果物 オレンジゼリー・おかき・牛乳	鶏肉 味噌 煮干し ゼラチン/牛乳	マヨネーズ さつまいも オレンジジュース みかん缶 おかき
17 (水)	鶏のトマト煮 マカロニサラダ 野菜スープ・果物 フルーツヨーグルト・牛乳	鶏肉 ロースハム ベーコン ヨーグルト/牛乳	じゃがいも マヨネーズ マカロニ みかん缶 もも缶 梨缶
18 (木)	カレーライス ブロッコリーのサラダ 果物 フルーツ白玉・牛乳	豚肉 /牛乳	カレールー 米 じゃがいも 白玉粉 みかん缶 もも缶 梨缶
19 (金)	アジの煮付け 菜種サラダ 味噌汁・果物 スナック蒸しパン・牛乳	アジ 卵 かにかま 煮干し 味噌 油揚げ 豆腐 ベーコン/牛乳	マヨネーズ 小麦粉
20 (土)	三色丼 きゅうりの酢の物 味噌汁・果物 バームクーヘン・牛乳	鮭 卵 煮干し 味噌 /牛乳	米 さつまいも バームクーヘン
22 (月)	サバのしょうが焼き がんもの含め煮 ワカメスープ・果物 チョコチップ蒸しパン・牛乳	サバ がんもどき /牛乳	小麦粉 チョコレート
23 (火)	牛肉と春雨の炒め物 竹輪のサラダ 清汁・果物 フレンチトースト・牛乳	牛肉 竹輪 かつおだし はんぺん 卵 牛乳/牛乳	ごま 食パン
24 (水)	鶏のマーマレードやき ナポリタン 野菜スープ・果物 フルーツミルク寒天・牛乳	鶏肉 ウインナー 牛乳/牛乳	マーマレード マカロニ みかん缶 もも缶 梨缶
25 (木)	チキンライス ひじきサラダ 味噌汁・果物 ミートスパゲッティ・お茶	鶏肉 味噌 煮干し 合いひき肉/お茶	米 マヨネーズ じゃがいも スパゲッティ
26 (金)	★お誕生日会★ 黒米おにぎり・唐揚げの葱ソースかけ たら・のんにく・パン 粉焼き・ボテトサラダ・添え野菜 味噌汁・果物 ココアロールケーキ・牛乳	/鶏肉 たら/ロースハム 舞茸 豆腐 味噌 煮干し /牛乳	黒米/揚げ油 パン粉 マヨネーズ チーズ/ じゃがいも マヨネーズ ココアロールケーキ
27 (土)	豚肉のケチャップ炒め ほうれん草のごまあえ 清汁・果物 マフィン・牛乳	豚肉 かつおだし /牛乳	ごま じゃがいも マフィン
29 (月)	鮭のごま焼き 切干大根のスープ煮 清汁・果物 抹茶バウンドケーキ・牛乳	鮭 ベーコン かつおだし 湯葉 卵 牛乳/牛乳	ごま 小麦粉 バター
30 (火)	鶏肉の和風マヨネーズ焼き さつまいものレモン煮 味噌汁・果物 オレンジゼリー・おかき・牛乳	鶏肉 味噌 煮干し ゼラチン/牛乳	マヨネーズ さつまいも オレンジジュース みかん缶 おかき

※献立の内容が変更する場合があります

※お子様が食べたことのない食品がある場合は各担任までご連絡お願い致します

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
3歳以上児	584kcal	22.8g	17.0g	2.1g
3歳未満児	460kcal	19.7g	15.9g	1.8g