

2022年 6月

アルテ子どもと木幼保育園

日付	献立名	おやつ <small>(0歳10月 0歳半後のおやつ)</small>	材料名 <small>(0歳10月のおやつ 0歳半後のおやつ)</small>
		熱と力になるもの <small>(0歳10月 0歳半後のおやつ)</small>	血や肉や骨になるもの <small>(0歳10月のおやつ 0歳半後のおやつ)</small>
		体の調子を整えるもの <small>(0歳10月のおやつ 0歳半後のおやつ)</small>	
1 水	納豆ご飯(軟飯) 鮭のレモン漬醤油焼き 切り干し大根煮 凍り豆腐と根菜の汁 りんご	◎牛乳 ○牛乳 ○おかかおにぎり(軟飯) ○豆腐の野菜あんかけ ○野菜スープ	○米、米、油、砂糖、○片栗粉 ○牛乳、◎牛乳、○木綿豆腐、さけ、挽きわり納豆、油揚げ、凍り豆腐、○かつお節 りんご、○にんじん、○キャベツ、○たまねぎ、だいこん、にんじん、○さやえんどう、万能ねぎ、しめじ、ごぼう、切り干しだいこん、ねぎ、さやえんどう、レモン
2・16・30 木	軟飯 タンダーリーチキン いんげんとひじきの炒め煮 みそ汁 フルーツポンチ	◎牛乳 ○牛乳 ○トースト ○ツナのミルク煮 ○南瓜のスープ	米、○食パン、砂糖、油 ○牛乳、◎牛乳、鶏もも肉、○ツナ水煮缶、生揚げ、ヨーグルト、淡色みそ、ちくわ ○かぼちゃ、みかん缶、バナナ、○にんじん、にんじん、○たまねぎ、○キャベツ、キャベツ、たまねぎ、ねぎ、いんげん、ひじき、レモン果汁、にんにく
3・17 金	軟飯 さわらのパン粉焼き 夏野菜のトマト煮 レタスのスープ バナナ	◎牛乳 ○牛乳 ○鶏肉のフォー ○人参のお出し煮	米、○ビーフン、マヨドレ、油、オリーブ油、パン粉 ○牛乳、◎牛乳、さわか、○鶏むね肉、鶏ひき肉 バナナ、たまねぎ、○にんじん、レタス、ズッキーニ、○万能ねぎ、○ねぎ、にんじん、なす、ホールトマト缶詰、しめじ、○レモン果汁、○しょうが、にんにく
4・18 土	カレーライス(軟飯) トマトサラダ フルーツヨーグルト	○牛乳 ○ツナトースト ○野菜スープ	米、○食パン、じゃがいも、○じゃがいも、砂糖、油、オリーブ油 ○牛乳、○ツナ水煮缶、ヨーグルト、鶏もも肉、ツナ水煮缶 たまねぎ、○たまねぎ、トマト、みかん缶、ホールトマト缶詰、バナナ、○にんじん、にんじん、きゅうり、○トマトピューレ、コーン
6・20 月	軟飯 鶏の照り焼き いんげんのごま和え みそ汁 バナナ	◎牛乳 ○牛乳 ○しらすご飯(軟飯) ○さつま芋ミルク煮 ○野菜スープ	○米、米、○さつまいも、砂糖、油 ○牛乳、◎牛乳、鶏もも肉(皮付き)、○しらす、○育児用ミルク、淡色みそ、油揚げ バナナ、○キャベツ、キャベツ、しめじ、たまねぎ、○にんじん、○たまねぎ、にんじん、いんげん、すりごま、しょうが
7・21 火	軟飯 鮭の香味焼き かぼちゃの含め煮 みそ汁 フルーツポンチ	◎牛乳 ○牛乳 ○焼きうどん ○お豆腐のすまし汁	米、○干しうどん、砂糖、ごま油 ○牛乳、◎牛乳、○木綿豆腐、さけ、○鶏ささ身、木綿豆腐、淡色みそ かぼちゃ、○キャベツ、○たまねぎ、もやし、みかん缶、バナナ、○にんじん、ねぎ、さやえんどう、レモン果汁、ごま、しょうが、カットわかめ
8・22 水	軟飯 チキンのトマトソース 粉ふき芋 コーンとオクラのスープ オレンジ	◎牛乳 ○牛乳 ○にんじんトースト ○ミルクスープ	米、○食パン、じゃがいも、油、砂糖 ○牛乳、◎牛乳、鶏もも肉、○しらす ○にんじん、○キャベツ、たまねぎ、オレンジ、○たまねぎ、ホールトマト缶詰、にんじん、コーン缶、オクラ、にんにく
9・23 木	軟飯 厚揚げのそぼろあんかけ きゅうりの梅肉あえ 沢煮汁 りんご	◎牛乳 ○牛乳 ○鮭おにぎり ○野菜スープ ○スティック野菜	米、○米、砂糖、片栗粉、油 ○牛乳、◎牛乳、生揚げ、豚ひき肉、鶏むね肉、○さけ、淡色みそ りんご、○だいこん、○キャベツ、きゅうり、だいこん、もやし、にんじん、○たまねぎ、○にんじん、たまねぎ、しめじ、ごぼう、ねぎ、グリーンピース、○ごま、干しいたけ、うめ干し、しょうが、
10 金	軟飯 鱈フライ 茹で野菜のののかか和え みそ汁 メロン	◎牛乳 ○牛乳 ○南瓜豆乳マフィン ○豆腐のしらすあんかけ ○野菜スープ	米、○小麦粉、パン粉、油、小麦粉、○油、○砂糖、○片栗粉 ○牛乳、◎牛乳、○木綿豆腐、あじ、木綿豆腐、○しらす、○豆乳、淡色みそ、卵、かつお節 メロン、○かぼちゃ、○キャベツ、○にんじん、○たまねぎ、プロックリー、スナッフえんどう、ねぎ、にんじん、えのきたけ
11・25 土	ツナサンド キャベツとコーンのサラダ ミネストローネスープ バナナ	○牛乳 ○しらすおにぎり ○マカロニ入り野菜スープ	食パン、○米、○マカロニ、マカロニ、マヨドレ、オリーブ油、油、砂糖 ○牛乳、ツナ水煮缶、豚ひき肉、○しらす バナナ、○キャベツ、キャベツ、ホールトマト缶詰、にんじん、たまねぎ、○にんじん、○たまねぎ、ズッキーニ、きゅうり、コーン、○ごま
13・27 月	軟飯 ひじき入りハンバーグ 蒸しかぼちゃサラダ みそ汁 オレンジ	◎牛乳 ○牛乳 ○鮭ご飯(軟飯) ○フライドポテト ○キャベツスープ	○米、米、○じゃがいも、○油、パン粉、マヨドレ、油、砂糖、片栗粉 ○牛乳、◎牛乳、○さけ、鶏ひき肉、木綿豆腐、淡色みそ オレンジ、○キャベツ、ごまつな、かぼちゃ、○にんじん、にんじん、○たまねぎ、たまねぎ、きゅうり、えのきたけ、ひじき、しょうが、○あおのり
14・28 火	梅しそじゃこご飯(軟飯) 鶏肉の西京焼き きゅうりともやしの和え物 みそ汁 りんご	○牛乳 ○ツナチーズトースト ○野菜スープ	米、○食パン、○マヨドレ、砂糖、ごま油 ○牛乳、鶏もも肉、○ツナ水煮缶、生揚げ、淡色みそ、○とろけるチーズ、白みそ、しらす りんご、○キャベツ、きゅうり、キャベツ、もやし、にんじん、○たまねぎ、○ピーマン、ごま、うめ干し、しょうが、しそ
15・29 水	ご飯(軟飯) 鮭のレモン漬醤油焼き 切り干し大根煮 凍り豆腐と根菜の汁 りんご	◎牛乳 ○牛乳 ○おかかおにぎり(軟飯) ○豆腐の野菜あんかけ ○野菜スープ	○米、米、油、砂糖、○片栗粉 ○牛乳、◎牛乳、○木綿豆腐、さけ、油揚げ、凍り豆腐、○かつお節 りんご、○にんじん、○キャベツ、○たまねぎ、だいこん、にんじん、○さやえんどう、万能ねぎ、しめじ、ごぼう、切り干しだいこん、ねぎ、さやえんどう、レモン
16・30 木	軟飯 タンダーリーチキン いんげんとひじきの炒め煮 みそ汁 フルーツポンチ	◎牛乳 ○牛乳 ○トースト ○ツナのミルク煮 ○南瓜のスープ	米、○食パン、砂糖、油 ○牛乳、◎牛乳、鶏もも肉、○ツナ水煮缶、生揚げ、ヨーグルト、淡色みそ、ちくわ ○かぼちゃ、みかん缶、バナナ、○にんじん、にんじん、○たまねぎ、○キャベツ、キャベツ、たまねぎ、ねぎ、いんげん、ひじき、レモン果汁、にんにく
24 金	季節のご飯 (軟飯・とうもろこし) 枝豆入りつくね揚げ 干草和え みそ汁 メロン	◎牛乳 ○牛乳 ○ロールサンド ○ツナ入り野菜スープ	米、○食パン、油、砂糖、片栗粉、パン粉、無塩バター、焼心 ○牛乳、◎牛乳、○ツナ水煮缶、木綿豆腐、鶏ひき肉、淡色みそ、凍り豆腐 ○にんじん、○キャベツ、メロン、○たまねぎ、キャベツ、たまねぎ、糸みつば、にんじん、とうもろこし、さやえんどう、えだまめ、しょうが、干しいたけ

※仕入れの状況により、献立、食材が変更する場合があります。