



6月 給食献立表



2019年

日 曜	昼 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	ディスプレイ
1 土	鶏そぼろ丼 じゃがいものそぼろ煮 豆腐とニラの味噌汁	牛乳 ポップコーン	鶏ひき肉・豚ひき肉・木綿豆腐 甘みそ・普通牛乳	なたね油・車糖・米・じゃがいも かたくり粉・ポップコーン	スイートソ・にんじん・グリーンピース にんじん・にら	幼児
3 月	米飯 鱈のフライ キャベツのサラダ かぼちゃの味噌汁	牛乳 チーズマフィン	まあじ・鶏卵・甘みそ・油揚げ 普通牛乳・プロセスチーズ	米・薄力粉・パン粉・なたね油 マヨネーズ・マーガリン・車糖	キャベツ・にんじん・きゅうり 西洋かぼちゃ・たまねぎ	幼児
4 火	大豆入りカレーライス チーズサラダ ゆで卵	牛乳 フルーツゼリー	豚かた・だいず・プロセスチーズ 鶏卵・普通牛乳	米・じゃがいも・なたね油・車糖 マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・きゅうり・トマト レタス・みかん缶詰・バナナ・ ネクタリン・寒天・パインアップル缶詰	幼児
5 水	米飯 鱈の南蛮漬け チンゲンサイと油揚げの胡麻和え そめんの味噌汁 パナナ	牛乳 かぼちゃの蒸しパン	さわら・油揚げ・甘みそ・普通牛乳 鶏卵・低脂肪牛乳・スキムミルク	米・車糖・なたね油・かたくり粉 ごま油・ごま・そうめん・ひやむぎ ｷｯｸｰｷｯｸ	たまねぎ・にんじん・青ピーマン チンゲンサイ・バナナ・西洋かぼちゃ	おひさま
6 木	五目うどん きゅうりとゆりの酢の物 レバーの甘辛ごま和え オレンジ	お茶 そぼろおにぎり	鶏むね・焼き竹輪・しらす干し 鶏肝臓・鶏ひき肉	うどん・車糖・かたくり粉・ごま油・ごま 米	ほうれんそう・生しいたけ・生わかめ にんじん・きゅうり・わかめ パレンシアオレンジ・にんじん グリーンピース・スイートソ	幼児
7 金	米飯 若鶏のトマト煮 りんごのサラダ ほうれん草のポターージュ	牛乳 豆腐プリン	鶏もも・低脂肪牛乳・普通牛乳 豆乳・ゼラチン・きな粉・スキムミルク	米・なたね油・マヨネーズ・車糖 有塩バター・薄力粉・かたくり粉 メーブルシロップ	たまねぎ・トマト缶詰・にんじん 青ピーマン・りんご・キャベツ・ きゅうり・ほうれんそう	幼児
8 土	牛丼 もやしの酢の物 豆腐とニラの味噌汁	牛乳 ポテトチップ	牛かた・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳	米・車糖・かたくり粉・ポテトチップス	たまねぎ・にんじん・りょくとうもやし きゅうり・にら	幼児
10 月	米飯 トマト入り肉じゃが 小松菜と焼き海苔のサラダ きのこの味噌汁	牛乳 フルーツポンチ	豚ロース・甘みそ・普通牛乳	米・じゃがいも・なたね油・車糖 ごま油	たまねぎ・にんじん・トマト・さやいんげん ごまつな・焼きのり・乾しいたけ・なめこ えのきたけ・バナナ・パインアップル缶詰 みかん缶詰・ネクタリン	幼児
11 火	米飯 さばの照り焼き 春雨の酢の物 小松菜と豆腐の味噌汁 バナナ	牛乳 チーズカレーパン	まさば・木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳 豚ひき肉・プロセスチーズ	米・ごま・車糖・普通はるさめ・食パン なたね油	きゅうり・生わかめ・にんじん・ごまつな バナナ・たまねぎ・西洋かぼちゃ トマト缶詰	幼児
12 水	米飯 マーボはるさめ 中華サラダ だいこんとワカメの味噌汁	牛乳 チーズケーキ	牛ひき肉・豚ひき肉・甘みそ 普通牛乳・クリームチーズ・鶏卵 スキムミルク	米・普通はるさめ・ごま油・車糖 薄力粉	たまねぎ・にんじん・青ピーマン 生しいたけ・しょうが・にんにく・きゅうり わかめ・レタス・大根・生わかめ・レモン	なぎさ
13 木	米飯 鮭のゴマフライ ひじきと大豆の煮物 ほうれん草のすまし汁	牛乳 わらび餅	べにざけ・鶏卵・甘みそ・だいず なると・普通牛乳・きな粉	米・薄力粉・パン粉・ごま・車糖 なたね油・さつまいもでん粉	ほしひじき・にんじん・ほうれんそう	幼児
14 金	米飯 鶏肉のみそ焼き 和風サラダ えのきのすまし汁 オレンジ	牛乳 メロンパンクッキー	鶏もも・甘みそ・普通牛乳・鶏卵	米・なたね油・ごま・マヨネーズ 焼きふ・ｷｯｸｰｷｯｸ・車糖	葉ねぎ・キャベツ・わかめ・大根 えのきたけ・生わかめ パレンシアオレンジ	幼児
15 土	チキンライス 野菜サラダ キャベツの味噌汁	牛乳 ハトムギおこし	鶏ひき肉・油揚げ・甘みそ 普通牛乳	米・なたね油・車糖・おこし	たまねぎ・青ピーマン・にんじん・レタス きゅうり・トマト・キャベツ	幼児
17 月	炊き込みご飯 鱈の煮つけ ほうれん草と人参のしらす和え ふとなめこの味噌汁	牛乳 フルーツヨーグルト	鶏ひき肉・焼き竹輪・さわら しらす干し・甘みそ・普通牛乳 ヨーグルト	米・なたね油・車糖・焼きふ	にんじん・生しいたけ・ごぼう さやいんげん・しょうが・にんじん ほうれんそう・なめこ・バナナ・みかん缶詰 パインアップル缶詰・ネクタリン	幼児
18 火	米飯 厚揚げとミンチの中華煮 パンパンジーサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	牛乳 胡麻クッキー まるごと小魚	生揚げ・牛ひき肉・豚ひき肉・ささ身 絹ごし豆腐・普通牛乳・鶏卵 片口いわし	米・ごま油・なたね油・かたくり粉 車糖・薄力粉・無塩バター・ごま	たまねぎ・にんじん・生しいたけ グリーンピース・きゅうり りょくとうもやし・レタス・生わかめ	幼児
19 水	ミートソーススパゲティー ひじきのごまサラダ ｼﾞｯｶﾞ 仔のポターージュ バナナ	牛乳 じゃこトースト	豚ひき肉・牛ひき肉・しらす干し 低脂肪牛乳・スキムミルク・普通牛乳 しらす干し・パルメザンチーズ	なたね油・ｶｯｸｰｷｯｸ 有塩バター・マヨネーズ・車糖・ごま 薄力粉・じゃがいも・食パン マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・パセリ・ きゅうり・スイートソ・バナナ・あおのり ほしひじき	離乳食
20 木	米飯 カレイのムニエル 揚げポテトサラダ かぼちゃの味噌汁	牛乳 ふのラスク	まがれい・ロースハム・甘みそ 油揚げ・普通牛乳	米・薄力粉・有塩バター・じゃがいも なたね油・マヨネーズ・焼きふ・車糖	にんじん・きゅうり・西洋かぼちゃ たまねぎ	幼児
21 金	米飯 酢豚 もやしときゅうりの胡麻和え 卵と切り干し大根の味噌汁 オレンジ	牛乳 キャロットケーキ	豚ロース・鶏卵・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・スキムミルク・ｷｯｸｰｸﾘｰﾑ	米・かたくり粉・なたね油・車糖・ごま ｷｯｸｰｷｯｸ・マーガリン	しょうが・たまねぎ・生しいたけ 青ピーマン・たけのこ・きゅうり りょくとうもやし・切り干しだいこん にんじん・パレンシアオレンジ	幼児
22 土	中華どんぶり きゅうりとワカメの酢の物 えのきたけの味噌汁	牛乳 のりチップス	豚かた・甘みそ・普通牛乳	米・なたね油・かたくり粉・ごま油 車糖・焼きふ	はくさい・だいずもやし・生しいたけ にんじん・たけのこ・生わかめ きゅうり・えのきたけ・焼きのり	幼児
24 月	赤飯 豆腐ハンバーグ 彩りサラダ かきたま汁 オレンジ	牛乳 誕生日ケーキ	あずき・牛ひき肉・豚ひき肉 木綿豆腐・鶏卵・プロセスチーズ ロースハム・普通牛乳・ｷｯｸｰｸﾘｰﾑ	米・パン粉・なたね油・車糖・焼きふ ｷｯｸｰｷｯｸ・マーガリン	たまねぎ・ブロッコリー・にんじん・ 生しいたけ・ほうれんそう パレンシアオレンジ・パインアップル缶詰	幼児
25 火	米飯 鮭の塩焼き ポテトサラダ ぶた汁	牛乳 カルシウムヨーグルト	べにざけ・ロースハム・豚もも 油揚げ・甘みそ・普通牛乳 ヨーグルト	米・じゃがいも・マヨネーズ	にんじん・きゅうり・大根・ごぼう・ はくさい・りょくとうもやし	幼児
26 水	鶏飯 がね 呉汁	牛乳 かるかん	ささ身・鶏卵・だいず・油揚げ 麦みそ・普通牛乳	米・さつまいも・なたね油・さといも 上新粉・車糖・やまといも	乾しいたけ・にんじん・チンゲンサイ たまねぎ・にら・西洋かぼちゃ・こねぎ	幼児
27 木	米飯 さばの竜田揚げ ごぼうと大豆のサラダ 厚揚げと根菜の味噌汁 バナナ	牛乳 グリーンホットケーキ	まさば・だいず・生揚げ・油揚げ 淡色辛みそ・普通牛乳・鶏卵 スキムミルク	米・かたくり粉・なたね油・マヨネーズ ｷｯｸｰｷｯｸ・有塩バター メーブルシロップ	しょうが・ごぼう・にんじん・きゅうり れんこん・ぶなしめじ・大根 ほうれんそう・バナナ	おひさま
28 金	お弁当	牛乳 カリボテ	普通牛乳	カリポテト		幼児
29 土	鮭のまぶしご飯 豆腐サラダ 玉葱の味噌汁	牛乳 野菜スナック	塩ざけ・木綿豆腐・油揚げ・甘みそ 普通牛乳	米・なたね油・車糖・コーンスナック	グリーンピース・ほしひじき・きゅうり ほうれんそう・にんじん・たまねぎ	幼児
1 月	シーフードカレーライス チーズサラダ パナナ	牛乳 シリアルクッキー	ブラックタイガー・するめいか プロセスチーズ・普通牛乳 スキムミルク	米・じゃがいも・なたね油・車糖 薄力粉・コーンフレーク・無塩バター	たまねぎ・にんじん・きゅうり・トマト レタス・にんじん・バナナ・ブルー	幼児
2 火	米飯 鱈の味噌煮 小松菜の白和え けんちん汁	牛乳 チーズ蒸しパン	まさば・甘みそ・木綿豆腐・油揚げ 普通牛乳・プロセスチーズ・鶏卵 スキムミルク	米・車糖・ごま・さといも・なたね油 ｷｯｸｰｷｯｸ	しょうが・ごまつな・にんじん・ ごぼう・大根・にんじん・こんにゃく	幼児
3 水	米飯 ゆで豚のゴマみそ レンコンのカレー炒め きのこの味噌汁	牛乳 アップルケーキ	豚かた・麦みそ・ベーコン・甘みそ 普通牛乳・鶏卵・スキムミルク	米・ごま・車糖・ごま油・なたね油 薄力粉・有塩バター	にんじん・きゅうり・レタス・トマト たまねぎ・スイートソ・乾しいたけ・なめこ えのきたけ・れんこん・りんご	なぎさ

※献立は都合により 変更することがあります。
 ※延長保育のおやつは基本は市販のおやつを使用しています。