



6月給食献立



2021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	火	米飯 トマト入り肉じゃが もやしと胡麻和え 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 フルーツヨーグルト	豚ロース・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳・ヨーグルト	米・じゃがいも・なたね油・砂糖・ごま	たまねぎ・にんじん・トマト・さやいんげん りょくとうもやし・きゅうり・にんじん・なめこ りんご・バナナ・みかん缶詰 パイナップル缶詰・ネクタリン	幼児
2	水	米飯 鶏つくねの照り煮 切り干し大根と昆布の煮物 キャベツの味噌汁	牛乳 マカロニきな粉	鶏ひき肉・木綿豆腐・豚もも・油揚げ 甘みそ・普通牛乳・きな粉	米・パン粉・かたくり粉・なたね油 砂糖・ごま油・マヨネーズ	根菜ねぎ・しょうが・にんじん・たまねぎ 青ピーマン・刻み昆布・切り干しだいこん キャベツ	おひさま
3	木	米飯 マーボはるさめ ポテトサラダ 豆腐とワカメの味噌汁 オレンジ	牛乳 かぼちゃの蒸しパン	牛ひき肉・豚ひき肉・ロースハム 木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳・鶏卵 低脂肪牛乳・スキムミルク	米・普通はるさめ・ごま油・じゃがいも マヨネーズ・ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・青ピーマン 生しいたけ・きゅうり・わかめ パレンシアオレンジ・西洋かぼちゃ	幼児
4	金	米飯 カレイのチーズ焼き たこサラダ コーンスープ	お茶 五平餅	まがれい・プロセスチーズ・まだこ 低脂肪牛乳・スキムミルク・甘みそ	米・有塩バター・マヨネーズ かたくり粉・砂糖・ごま	きゅうり・しそ・にんじん・ブロッコリー aito缶詰	幼児
5	土	五目ご飯 切り干し大根の煮物 ほうれん草と厚揚げの味噌汁	牛乳 胚芽スティック	普通牛乳・豚もも・油揚げ・焼き竹輪 生揚げ・甘みそ	米・なたね油・砂糖・ビスケット	ごぼう・にんじん・乾しいたけ 切り干しだいこん・ほうれん草・たまねぎ	幼児
7	月	卵とじうどん 鶏レバーの生姜煮 じゃがいもの煮物 オレンジ	牛乳 きな粉パン	鶏ひき肉・鶏卵・油揚げ・鶏肝臓 普通牛乳・きな粉	うどん・なたね油・砂糖・じゃがいも 食パン	にんじん・ほうれん草・しょうが・にんじん グリーンピース・パレンシアオレンジ	幼児
8	火	米飯 鮭の塩レモン焼き ほうれん草の白和え そうめんの味噌汁	牛乳 かぼちゃクッキー	へにさけ・木綿豆腐・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・スキムミルク	米・ごま・砂糖・そうめん・ひやむぎ 薄力粉・無塩バター	レモン・レモン・にんじん・ほうれん草 たまねぎ・西洋かぼちゃ	幼児
9	水	米飯 酢豚 もやしときゅうりの胡麻和え エノキのスープ	牛乳 フルーツポンチ	豚ロース・普通牛乳	米・かたくり粉・なたね油・砂糖・ごま	しょうが・たまねぎ・にんじん・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・えのきたけ・バナナ パイナップル缶詰・みかん缶詰 ネクタリン	なぎさ
10	木	米飯 鯖の青のり焼き 人参のしらす和え かぼちゃの味噌汁 バナナ	牛乳 豆乳プリン	さわら・しらす干し・甘みそ・油揚げ 普通牛乳・豆乳・ゼラチン・きな粉	米・砂糖・メープルシロップ	あおのり・にんじん・きゅうり・西洋かぼちゃ たまねぎ・バナナ	幼児
11	金	米飯 高野豆腐と鶏肉の卵とじ 春雨サラダ キャベツの味噌汁	牛乳 フライドポテト	凍り豆腐・鶏ひき肉・鶏卵 ロースハム・油揚げ・甘みそ 普通牛乳	米・砂糖・普通はるさめ・マヨネーズ じゃがいも・なたね油	たまねぎ・にんじん・生しいたけ グリーンピース・きゅうり・キャベツ	幼児
12	土	チキンライス 野菜サラダ エノキのスープ バナナ	牛乳 ごほうスナック	普通牛乳・鶏ひき肉	米・なたね油・砂糖・小麦粉あられ	たまねぎ・青ピーマン・にんじん・レタス きゅうり・トマト・ブロッコリー・えのきたけ バナナ	幼児
14	月	米飯 カレイのフライ ブロッコリーとチーズのサラダ ぶた汁	牛乳 ホットケーキ	まがれい・鶏卵・プロセスチーズ 豚かたロース・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・スキムミルク	米・薄力粉・パン粉・なたね油・砂糖 ホットケーキミックス・有塩バター メープルシロップ	ブロッコリー・にんじん・大根・ごぼう はくさい・りょくとうもやし	幼児
15	火	米飯 鶏肉とじゃが芋の旨煮 小松菜の胡麻和え 豆腐とワカメの味噌汁 オレンジ	牛乳 ヨーグルト 野菜スティック	鶏もも・木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳 ヨーグルト	米・じゃがいも・砂糖・かたくり粉 なたね油・ごま・ブルーベリージャム ビスケット	グリーンピース・にんじん・ごまつな・たまねぎ わかめ・パレンシアオレンジ	幼児
16	水	米飯 さばのカレー煮 春雨の酢の物 じゃがいもの味噌汁	牛乳 カップゼリー	まさば・甘みそ・油揚げ・普通牛乳	米・砂糖・ごま・普通はるさめ じゃがいも・ゼリー	きゅうり・わかめ・にんじん・たまねぎ	離乳食
17	木	米飯 シュウマイ トマトのサラダ わかめスープ バナナ	牛乳 鉄分ヨーグルト	鶏ひき肉・普通牛乳・ヨーグルト	米・ごま油・かたくり粉・しょうまいの皮 マヨネーズ	しょうが・はくさい・乾しいたけ ほうれん草・キャベツ・トマト・きゅうり わかめ・りょくとうもやし・にんじん・たまねぎ バナナ	幼児
18	金	豚肉の時雨煮の混ぜご飯 ちくわの磯部焼き ほうれん草のごまあえ ワカメと玉葱の味噌汁	牛乳 チーズ蒸しパン	豚かたロース・焼き竹輪・甘みそ 油揚げ・普通牛乳・プロセスチーズ 鶏卵・スキムミルク	米・なたね油・砂糖・薄力粉・パン粉 ごま・ホットケーキミックス	にんじん・あおのり・ほうれん草・わかめ たまねぎ	幼児
19	土	牛すき丼 きゅうりとワカメの酢の物 ふとなめこの味噌汁	牛乳 カリボテ	普通牛乳・牛かた・木綿豆腐・甘みそ	米・砂糖・焼きふ・せんべい	たまねぎ・にんじん・きゅうり・わかめ なめこ	幼児
21	月	米飯 鮭の白みそ焼き もやしの酢の物 豆腐とニラの味噌汁	牛乳 わらび餅	へにさけ・甘みそ・木綿豆腐 普通牛乳・きな粉	米・砂糖・さつまいもでん粉	りょくとうもやし・きゅうり・にんじん にら・たまねぎ	幼児
22	火	お弁当 畑のクラッカー	牛乳 畑のクラッカー	普通牛乳	オイルブレイク		
23	水	米飯 鯖の煮つけ ブロッコリーとチーズのサラダ きのこの味噌汁	牛乳 マーブルクッキー	さわら・プロセスチーズ・甘みそ 普通牛乳・鶏卵	米・砂糖・なたね油・薄力粉 無塩バター	しょうが・ブロッコリー・にんじん 乾しいたけ・なめこ・えのきたけ ぶなしめじ・たまねぎ	おひさま
24	木	赤飯 豆腐ハンバーグ 彩りサラダ 卵とかんぴょうの味噌汁 バナナ	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・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・ホットケーキミックス	米・パン粉・なたね油・砂糖 ホットケーキミックス・マーガリン	たまねぎ・ブロッコリー・にんじん・きゅうり かんぴょう・バナナ・みかん缶詰	幼児
25	金	カルボナーラパグッティ 豆腐サラダ 人参スープ オレンジ	お茶 しらすおにぎり	ベーコン・クリーム・鶏卵 パルメザンチーズ・木綿豆腐 低脂肪牛乳・スキムミルク・しらす干し	マヨネーズ・有塩バター なたね油・砂糖・かたくり粉・米	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・きゅうり ほうれん草・パレンシアオレンジ	幼児
26	土	牛丼 ほうれん草と人参のしらす和え かぼちゃの味噌汁	牛乳 野菜スナック	普通牛乳・牛かた・しらす干し 甘みそ・油揚げ	米・砂糖・かたくり粉・コーンスナック	たまねぎ・にんじん・ほうれん草 西洋かぼちゃ	幼児
28	月	ホットドッグ チリコンカン ピシソワーズ	牛乳 チェリーパイ	ウインナー・プロセスチーズ 豚ひき肉・牛ひき肉・ベーコン うすら豆・だいず・低脂肪牛乳 スキムミルク・クリーム・普通牛乳 ホットケーキミックス	コップパン・なたね油・マヨネーズ オリーブ油・じゃがいも・有塩バター 薄力粉・強力粉・無塩バター・砂糖	きゅうりピクルス・たまねぎ・トマト缶詰 さくらんぼ缶詰	幼児
29	火	米飯 松風焼き マカロニサラダ ぶた汁 オレンジ	牛乳 レモンケーキ	鶏ひき肉・まがれい・鶏卵・ロースハム 豚かたロース・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・スキムミルク・クリーム ホットケーキミックス	米・車糖・パン粉・マヨネーズ マヨネーズ・薄力粉・砂糖 無塩バター・粉糖	たまねぎ・葉ねぎ・あおのり・きゅうり キャベツ・にんじん・大根・ごぼう・はくさい りょくとうもやし・パレンシアオレンジ レモン	幼児
30	水	米飯 さばの照り焼き ごぼうと大豆のサラダ キャベツの味噌汁	牛乳 ミルクココアゼリー	まさば・だいず・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・低脂肪牛乳・ゼラチン ホットケーキミックス	米・マヨネーズ・砂糖	ごぼう・にんじん・きゅうり・キャベツ たまねぎ	なぎさ
1	木	米飯 カレイのピカタ キャベツとコーンのサラダ 豆腐と野菜のすまし汁 バナナ	牛乳 豆乳蒸しパン	まがれい・鶏卵・パルメザンチーズ 木綿豆腐・普通牛乳・豆乳・だいず スキムミルク	米・薄力粉・なたね油・マヨネーズ ホットケーキミックス・砂糖	キャベツ・aito缶詰・にんじん ほうれん草・たまねぎ・えのきたけ バナナ	幼児
2	金	米飯 かぼちゃのコロッケ風 野菜サラダ 豆乳スープ	牛乳 チーズクッキー	牛ひき肉・豚ひき肉・プロセスチーズ 鶏ひき肉・絹ごし豆腐・豆乳 普通牛乳・鶏卵・パルメザンチーズ	米・なたね油・砂糖・薄力粉・パン粉 無塩バター	西洋かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・レタス きゅうり・トマト・ブロッコリー	幼児
3	土	牛肉の混ぜご飯 小松菜のおひたし 豆腐とワカメの味噌汁	牛乳 ポテトチップ	普通牛乳・牛ひき肉・かつお節 木綿豆腐・甘みそ	米・砂糖・なたね油・ポテトチップス	グリーンピース・にんじん・ごまつな・たまねぎ わかめ	幼児

※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。