



6月献立表



2022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	水	バターライス ビーフシチュー 彩りサラダ ゆで卵 オレンジ	牛乳 ヨーグルト 野菜スティック	牛もも・プロセスチーズ・ロースハム 鶏卵・普通牛乳・ヨーグルト	米・有塩バター・じゃがいも なたね油・かたくり粉・砂糖 マヨネーズ・ブルーベリージャム ビスケット	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー・にんじん きゅうり・パレンシアオレンジ	なごさ
2	木	米飯 焼き鯖の煮つけ ごぼうと大豆のサラダ 小松菜と豆腐の味噌汁	牛乳 バナナケーキ	まさば・だいず・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳・鶏卵	米・砂糖・マヨネーズ・薄力粉 無塩バター	たまねぎ・しょうが・ごぼう・にんじん きゅうり・こまつな・バナナ	幼児
3	金	米飯 ミートボールの甘辛煮 小松菜と焼き海苔のサラダ 豆腐と野菜のすまし汁	牛乳 フルーツポンチ	牛ひき肉・豚ひき肉・木綿豆腐 普通牛乳	米・なたね油・パン粉・かたくり粉 砂糖・ごま油・ごま	たまねぎ・にんじん・青ピーマン 生しいたけ・こまつな・にんじん りょくとうもやし・焼きのり・ほうれんそう 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
4	土	豚肉の時雨煮の混ぜご飯 きゅうりとツナの酢の物 じゃがいもの味噌汁	牛乳 ポテトチップ	豚かたロース・しらす干し・甘みそ 油揚げ・普通牛乳	米・なたね油・砂糖・じゃがいも ポテトチップス	にんじん・きゅうり・わかめ・たまねぎ	幼児
6	月	米飯 カレイの煮付け 春雨サラダ キャベツの味噌汁 オレンジ	牛乳 チーズ蒸しパン	まがれい・ロースハム・鶏卵・油揚げ 甘みそ・普通牛乳・プロセスチーズ スキムミルク	米・砂糖・焼きいり・普通はるさめ マヨネーズ・かつお・キツネ	ごぼう・きゅうり・にんじん・キャベツ たまねぎ・パレンシアオレンジ	幼児
7	火	米飯 鶏肉のレモン焼き チンゲンサイと油揚げの胡麻和え 卵の味噌汁	牛乳 フルーツ杏仁	鶏もも・油揚げ・鶏卵・甘みそ 普通牛乳・低脂肪牛乳	米・ごま・砂糖	レモン・チンゲンサイ・にんじん・寒天 みかん缶詰	幼児
8	水	カレーうどん レパニラ炒めの卵とし 金時豆の煮物 バナナ	牛乳 ツナマヨトースト	鶏もも・鶏肝臓・鶏卵・うずら豆 普通牛乳・ツナ缶詰	うどん・なたね油・じゃがいも かたくり粉・ごま油・砂糖・食パン マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・にら・バナナ	離乳食
9	木	米飯 鯖のみそマヨネーズ焼き ほうれん草の白和え かぼちゃの味噌汁	牛乳 豆乳プリン	ハにさげ・甘みそ・木綿豆腐・油揚げ 普通牛乳・豆乳・ゼラチン・きな粉	米・マヨネーズ・ごま・砂糖 メープルシロップ	根菜ねぎ・たまねぎ・にんじん ほうれんそう・西洋かぼちゃ	幼児
10	金	米飯 豚野菜炒め 高野豆腐の含め煮 ふとわかめの味噌汁	牛乳 かぼちゃの ホットケーキ	豚ロース・凍り豆腐・甘みそ 普通牛乳	米・なたね油・砂糖・焼きいり かつお・キツネ	青ピーマン・たまねぎ・りょくとうもやし にんじん・キャベツ・生しいたけ グリーンピース・乾しいたけ・わかめ 西洋かぼちゃ	幼児
11	土	牛肉の混ぜご飯 かぼちゃの煮物 豆腐とワカメの味噌汁	牛乳 カリボテ	牛ひき肉・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳	米・砂糖・なたね油・せんべい	グリーンピース・にんじん・西洋かぼちゃ たまねぎ・わかめ	幼児
13	月	米飯 チーズハンバーグ マカロニサラダ ツナ缶のポターージュ	牛乳 バナナブレッド	牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵 プロセスチーズ・ロースハム 低脂肪牛乳・スキムミルク・普通牛乳	米・パン粉・なたね油 かつお・がけ・アイ・マヨネーズ 有塩バター・薄力粉・じゃがいも 強力粉・無塩バター・砂糖	たまねぎ・きゅうり・キャベツ・にんじん パセリ・バナナ	幼児
14	火	米飯 鯖の照り焼き ほうれん草サラダ 卵と切り干し大根の味噌汁 オレンジ	牛乳 カップゼリー	さわら・鶏卵・油揚げ・甘みそ 普通牛乳	米・マヨネーズ・ごま・ゼリー	ほうれんそう・にんじん・切り干し大根 パレンシアオレンジ	幼児
15	水	米飯 すき焼き ひじきのごまサラダ 卵の澄まし汁 バナナ	牛乳 タコあげ	牛かたロース・焼き豆腐・しらす干し 鶏卵・普通牛乳・まだこ	米・砂糖・焼きいり・なたね油 マヨネーズ・ごま・小麦粉	はくさい・しゅんぎく・生しいたけ・根菜ねぎ えのきたけ・ほしひじき・にんじん・きゅうり スイートコーン・たまねぎ・切りみづば・バナナ キャベツ・あおのり	おひさま
16	木	米飯 かつとし チーズサラダ 小松菜と豆腐の味噌汁	牛乳 カルシウム ヨーグルト	豚かた・鶏卵・プロセスチーズ 木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳 ヨーグルト	米・薄力粉・パン粉・なたね油・砂糖	たまねぎ・にんじん・きゅうり・トマト ブロッコリー・レタス こまつな・にんじん	幼児
17	金	米飯 さばのカレー煮 ポテトサラダ 豆乳スープ	牛乳 かぼちゃクッキー	まさば・ロースハム・鶏ひき肉 絹ごし豆腐・豆乳・普通牛乳 スキムミルク	米・砂糖・じゃがいも・マヨネーズ 薄力粉・なたね油・無塩バター	にんじん・きゅうり・西洋かぼちゃ	幼児
18	土	ハヤシライス 野菜サラダ バナナ	牛乳 野菜スティック	牛もも・普通牛乳	米・なたね油・かたくり粉・砂糖 ビスケット	たまねぎ・にんじん・レタス・きゅうり トマト・ブロッコリー・バナナ	幼児
20	月	米飯 高野豆腐と鶏肉の卵とし かぼちゃサラダ えのきたけの味噌汁	牛乳 ホットケーキ	凍り豆腐・鶏ひき肉・鶏卵 ロースハム・甘みそ・普通牛乳 スキムミルク	米・砂糖・マヨネーズ・焼きいり かつお・キツネ・有塩バター メープルシロップ	たまねぎ・にんじん・生しいたけ グリーンピース・西洋かぼちゃ・きゅうり レタス・えのきたけ・わかめ	幼児
21	火	赤飯 カレイのフライ キャベツとコーンのサラダ 厚揚げと根菜の味噌汁	牛乳 誕生日ケーキ	あずき・まがれい・鶏卵・生揚げ 油揚げ・淡色辛みそ・普通牛乳 ホイップクリーム	米・薄力粉・パン粉・なたね油 マヨネーズ・かつお・キツネ・砂糖 マーガリン	キャベツ・スイートコーン・にんじん・大根 ごぼう・たまねぎ・れんこん・ぶなしめじ バナナ	幼児
22	水	米飯 かぼちゃのクロック風 もやしの胡麻和え 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 チヂミ	牛ひき肉・豚ひき肉・プロセスチーズ 木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳・鶏卵 しらす干し	米・なたね油・砂糖・薄力粉・パン粉 ごま・ごま油・上新粉	西洋かぼちゃ・たまねぎ・にんじん りょくとうもやし・きゅうり・なめこ・にら	なごさ
23	木	米飯 カレー肉じゃが 春雨の酢の物 豆腐とにらの味噌汁 バナナ	牛乳 ミルクココア ゼリー	豚ロース・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳・低脂肪牛乳・ゼラチン ホイップクリーム	米・じゃがいも・砂糖・なたね油・ごま 普通はるさめ	たまねぎ・にんじん・生しいたけ さやいんげん・きゅうり・わかめ・にら バナナ	幼児
24	金	鶏肉の照り焼き丼 ツナ缶のたらこあえ かぼちゃの味噌汁 オレンジ	牛乳 ヨーグルトパン	鶏もも・鶏卵・たらこ・甘みそ・油揚げ 普通牛乳・ヨーグルト・スキムミルク	米・なたね油・じゃがいも・マヨネーズ かつお・キツネ・粉糖	にんじん・ほうれんそう・レタス 西洋かぼちゃ・たまねぎ パレンシアオレンジ・ブルーベリー	幼児
25	土	鯖のまぶしご飯 じゃがいものそぼろ煮 豆腐とワカメの味噌汁	牛乳 ごぼうスナック	塩さげ・豚ひき肉・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳	米・じゃがいも・砂糖・かたくり粉 小麦粉あられ	グリーンピース・ほしひじき・にんじん たまねぎ・わかめ	幼児
27	月	ミートソーススパゲティー ツナときゅうりのサラダ コーンスープ オレンジ	お茶 にんじんおにぎり	豚ひき肉・牛ひき肉・ツナ缶詰 低脂肪牛乳・スキムミルク	なたね油・かつお・がけ・アイ 有塩バター・砂糖・ごま油・かたくり粉 米	たまねぎ・にんじん・パセリ・きゅうり わかめ・スイートコーン缶詰 パレンシアオレンジ・にんじん・味付のり	幼児
28	火	お弁当	牛乳 畑のクラッカー	普通牛乳	アイスクリーム		
29	水	米飯 鯖のゴマフライ トマトのサラダ 卵とかんぴょうの味噌汁	牛乳 チーズ春巻き	ハにさげ・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・ごま・砂糖 なたね油・マヨネーズ・生しいたけの皮	キャベツ・トマト・きゅうり・かんぴょう	離乳食
30	木	そばめし 新玉ねぎサラダ パチ汁	牛乳 黒豆パンケーキ	豚ロース・かつお削り節・ツナ缶詰 かつお節・油揚げ・鶏ひき肉 普通牛乳・鶏卵・だいず	米・蒸し中華めん・ごま油・砂糖 なたね油・そうめん・ひやむぎ かつお・キツネ・有塩バター	キャベツ・あおのり・しょうが・たまねぎ きゅうり・レタス・トマト・にんじん	幼児
1	金	米飯 厚揚げとミンチの中華煮 きゅうりとワカメの酢の物 じゃがいもの味噌汁 オレンジ	牛乳 りんごゼリー	生揚げ・牛ひき肉・豚ひき肉・甘みそ 油揚げ・普通牛乳	米・ごま油・なたね油・かたくり粉 砂糖・じゃがいも	たまねぎ・にんじん・生しいたけ グリーンピース・きゅうり・わかめ パレンシアオレンジ・寒天・りんご飲料	幼児
2	土	チキンライス 野菜サラダ はるさめスープ	牛乳 野菜スナック	鶏ひき肉・ベーコン・普通牛乳	米・なたね油・砂糖・普通はるさめ ごま油・コーンスナック	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・だいずもやし 生しいたけ	幼児
4	月	米飯 ささみの梅揚げ チーズサラダ びた汁 納豆	牛乳 フルーツ ヨーグルト	ささ身・鶏卵・プロセスチーズ 豚かたロース・油揚げ・甘みそ 糸引き納豆・普通牛乳・ヨーグルト	米・薄力粉・なたね油・砂糖	梅ひしお・しそ・きゅうり・トマト・ブロッコリー レタス・にんじん・大根・ごぼう・はくさい りょくとうもやし・バナナ・みかん缶詰 パインアップル缶詰・ネクタリン	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。

※早迎えの際の市販のおやつをご希望の方は、給食室に取りに来て下さい。