

6月分予定献立表

日	曜日	おひる	おやつ		主な材料		
			10時頃 1, 2歳児	3時頃 1~5歳児	熱や力になる	体をつくる	体の調子を整える
1	15	ドライカレー しらす入り煮びたし 麩のスープ	牛乳 菓子	牛乳 すりりんごヨーグルト	米 麦 油 砂糖 小麦粉 麩	牛乳 豚ひき肉 しらす干し ヨーグルト	人参 玉葱 トマト缶 小松菜 葱 えのき茸 りんご
2	16	チャンポンうどん じゃが芋のパン粉焼き トマト	牛乳 菓子	牛乳 刻み昆布おにぎり オレンジ	乾麺 じゃが芋 油 パン粉 米 麦 砂糖	牛乳 豚もも肉 さつまいも 鶏ひき肉	白菜 チンゲン菜 人参 玉葱 パセリ トマト オレンジ 刻み昆布
3	17	ゆかりごはん 鮭のムニエル キャベツのごま煮 切干大根の味噌汁	牛乳 菓子	牛乳 豆腐のクッキー バナナ	米 麦 小麦粉 油 ごま 砂糖	牛乳 鮭 みそ 煮干し 豆腐	キャベツ 人参 もやし 玉葱 切干大根 バナナ
4	18	ツナごはん 鶏つくね 五目煮 かぶのスープ	牛乳 菓子	牛乳 たこ焼き風ポテト	米 麦 砂糖 片栗粉 油 じゃが芋	牛乳 ツナ缶 鶏ひき肉 豆腐 鶏もも肉 焼き竹輪 かつお節	人参 玉葱 しょうが 大根 ごぼう かぶ かぶの葉 葱 こんにゃく
5	19	麦ごはん 豚肉と野菜の味噌炒め さつまいもの甘煮 わかめのスープ	牛乳 菓子	牛乳 マカロニきな粉 すいか	米 麦 砂糖 片栗粉 油 さつまいも マカロニ	牛乳 豚もも肉 みそ きな粉	しょうが キャベツ なす 人参 玉葱 すいか 干わかめ
6	20	中華丼 南瓜のそぼろあんかけ煮 もやしの味噌汁	牛乳 菓子	牛乳 菓子	米 麦 油 片栗粉 砂糖	牛乳 鶏ささみ肉 鶏ひき肉 みそ 煮干し	白菜 玉葱 人参 チンゲン菜 南瓜 もやし しめじ
8	22	煮干ふりかけごはん 鶏肉のからあげ 野菜炒め トマトスープ	牛乳 菓子	牛乳 肉団子のもち米蒸し	米 麦 ごま 片栗粉 小麦粉 油 マカロニ	牛乳 煮干し かつお節 鶏もも肉 豚ひき肉	しょうが にんにく 小松菜 玉葱 人参 キャベツ トマト 青のり
9	23	麦ごはん 豆腐入りミートローフ ツナ和え煮 えのきの味噌汁	牛乳 菓子	牛乳 フルーツポンチ 菓子	米 麦 油 パン粉	牛乳 豆腐 豚ひき肉 ツナ缶 みそ 煮干し	玉葱 キャベツ もやし 人参 大根 えのき茸 ほうれん草 みかん缶 バナナ もも缶
10	24	豚すき焼き丼 チンゲン菜のソテー のっぺい汁	牛乳 菓子	牛乳 カップヨーグルト オレンジ	米 麦 砂糖 油 片栗粉	牛乳 豚もも肉 高野豆腐 鶏もも肉 ヨーグルト	しょうが 葱 白菜 チンゲン菜 人参 コーン缶 大根 ごぼう オレンジ こんにゃく
11	25	味噌ラーメン 白身魚の照り焼き 中華きゅうり	牛乳 菓子	牛乳 きつねおにぎり バナナ	生中華麺 油 砂糖 米 麦	牛乳 みそ 豚もも肉 白身魚 油揚げ	しょうが にんにく キャベツ 小松菜 人参 きゅうり バナナ
12	26	麦ごはん 鶏肉の生姜焼き ひじきの煮物 豆腐のすまし汁	牛乳 菓子	牛乳 プレーンクッキー すいか	米 麦 油 砂糖 小麦粉	牛乳 鶏もも肉 豚もも肉 豆腐	玉葱 しょうが 人参 生しいたけ いんげん 葱 チンゲン菜 すいか 干ひじき
13	27	チキンライス ツナとじゃが芋の炒め物 青菜のスープ	牛乳 菓子	牛乳 菓子	米 麦 油 じゃが芋	牛乳 鶏ひき肉 ツナ缶	玉葱 人参 小松菜

今月の平均栄養価 3歳以上児:エネルギー525kcal たんぱく質21.8g 1~2歳児:エネルギー 485kcal たんぱく質 20.4g

【行事献立】4・18日(水) 五目煮:歯と口の健康週間献立(4日)

《旬の食材》アスパラガス かぼちゃ いんげん ピーマン 新じゃが芋 あじ スズキ メロン さくらんぼ すいか など

(すべての食材を給食で使用しているわけではありません。)

延長保育では、麦茶と菓子を提供します。

献立の内容は、園の行事等により変更させていただくことがあります。