

2024年06月

献立表

| 日 | 曜 | 昼食献立名 | 3時おやつ | 材料(昼食と午後おやつ) | | | 10時おやつ |
|----|---|--|-------------------|--------------------------------|--|--|------------|
| | | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | |
| 1 | 土 | ごはん じゃがいものトマト煮 マカロニサラダ みそ汁 | ゼリー・おかし | じゃがいも、胚芽米、マカロニ、マヨネーズ、砂糖 | 豚ひき肉、ツナ水煮缶、白みそ、かつお節 | オレンジ、たまねぎ、にんじん、ホールトマト缶詰、きゅうり、こんぶ(だし用)、カットわかめ | せんべい 牛乳 |
| 2 | 日 | | | | | | |
| 3 | 月 | ごはん みそやきにく 切干大根のナムル みそ汁 | マヨシュガートースト 牛乳 | 胚芽米、食パン、砂糖、マヨネーズ、ごま油 | 牛乳、豚こま肉、絹ごし豆腐、かにかまぼこ、白みそ、ごま、かつお節 | オレンジ、ほうれんそう、きゅうり、にんじん、えのきたけ、切り干しだいこん、こんぶ(だし用) | せんべい 牛乳 |
| 4 | 火 | ごはん 鶏肉の塩こうじやき マセドアンサラダ モロヘイヤのスープ | 塩やきそば 牛乳 | 胚芽米、じゃがいも、焼きそばめん、マヨネーズ | 牛乳、鶏もも肉、豚こま肉、白みそ、ちくわ、かつお節 | オレンジ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、コーン缶、えのきたけ、モロヘイヤ、ピーマン、こんぶ(だし用) | せんべい 牛乳 |
| 5 | 水 | ごはん 鶏肉の甘辛揚げ キャベツのマヨネーズサラダ みそ汁 | レーズンパン 牛乳 | ロールパン、胚芽米、マヨネーズ、片栗粉、砂糖、油、オリーブ油 | 牛乳、鶏もも肉、ツナ水煮缶、白みそ、油揚げ、かつお節 | オレンジ、キャベツ、きゅうり、だいこん、たまねぎ、コーン缶、こんぶ(だし用)、レモン果汁 | せんべい 牛乳 |
| 6 | 木 | ごはん 豆腐のケチャップ煮 ほうれん草じゃこあえ みそ汁 | チーズケーキ 牛乳 | 胚芽米、ホットケーキ粉、砂糖、油、片栗粉 | 牛乳、絹ごし豆腐、クリームチーズ、豚ひき肉、しらす干し、白みそ、ごま、かつお節 | オレンジ、もやし、ねぎ、ほうれんそう、ホールトマト缶詰、オクラ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、こんぶ(だし用)、しょうが、 | せんべい 牛乳 |
| 7 | 金 | ごはん 鶏肉のりんごソース焼き 春雨の中華あえ みそ汁 | ピラフ 牛乳 | 胚芽米、はるさめ、油、砂糖 | 牛乳、鶏もも肉、ワインナー、焼き豚、白みそ、油揚げ、バター、かつお節 | オレンジ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、りんごジャム、こんぶ(だし用)、しょうが、にんにく、レモン果汁 | せんべい 牛乳 |
| 8 | 土 | 親子フェスティバル | | | | | |
| 9 | 日 | | | | | | |
| 10 | 月 | ごはん 鶏肉マーマレード焼き キャベツの梅サラダ みそ汁 | 昆布とツナのまぜごはん 牛乳 | 胚芽米、米、じゃがいも、油、砂糖 | 牛乳、鶏もも肉、ツナ水煮缶、白みそ、かつお節 | オレンジ、キャベツ、きゅうり、たまねぎ、えのきたけ、マーマレード、こんぶ佃煮、うめ干し、こんぶ(だし用) | せんべい 牛乳 |
| 11 | 火 | ごはん 白身魚のみそマヨネーズやき きゅうりとちくわのサラダ みそ汁 | あげパン 牛乳 | 胚芽米、コッペパン、マヨネーズ、グラニュー糖、油 | 牛乳、かれい、ちくわ、白みそ、かつお節、ごま | メロン、きゅうり、オクラ、ねぎ、こんぶ(だし用) | せんべい 牛乳 |
| 12 | 水 | ジャージャー麺 ブロッコリーサラダ | ヨーグルト・おかし | 生中華めん、砂糖、ごま油、片栗粉 | ヨーグルト(加糖)、豚ひき肉、白みそ、かにかまぼこ | オレンジ、ブロッコリー、たけのこ(ゆで)、きゅうり、たまねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ、にんにく、しょうが | バナナ 牛乳 |
| 13 | 木 | ごはん 鶏肉のごまみそ焼き ひじき煮豆 みそ汁 | こまつな和風スバゲティ 牛乳 | 胚芽米、スバゲティ、板こんにやく、砂糖、油、オリーブ油 | 牛乳、鶏もも肉、だいたいず水煮缶詰、ベーコン、油揚げ、白みそ、バター、ごま、かつお節 | オレンジ、かぶ、にんじん、たまねぎ、こまつな、エリンギ、かぶ・薬、ひじき、こんぶ(だし用)、にんにく | せんべい 牛乳 |
| 14 | 金 | ごはん キャベツのハンバーグ 切干大根のマヨネーズあえ 夏野菜のみそ汁 | ジャムサンド 牛乳 | 胚芽米、食パン、マヨネーズ、マーガリン、パン粉、油 | 牛乳、豚ひき肉、卵、豚肉(ばら)、白みそ、ツナ水煮缶、かつお節、すりごま | オレンジ、たまねぎ、キャベツ、トマト、いちごジャム、切り干しだいこん、きゅうり、ズッキーニ、にんじん、ねぎ、こんぶ(だし用) | せんべい 牛乳 |
| 15 | 土 | ごはん やきにく ナムル みそ汁 | ゼリー・おかし | 胚芽米、ごま油、油、砂糖、片栗粉 | 豚こま肉、白みそ、かつお節、ごま、ちくわ | オレンジ、たまねぎ、ほうれんそう、もやし、赤ピーマン、ピーマン、こんぶ(だし用)、カットわかめ、にんにく、しょうが | せんべい 牛乳 |
| 16 | 日 | | | | | | |

屏風ヶ浦保育園

| 日 | 曜 | 昼食献立名 | 3時おやつ | 材料(昼食と午後おやつ) | | | 10時おやつ |
|----|---|---|-------------------|--------------------------------|--|---|------------|
| | | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | |
| 17 | 月 | ごはん カレー コールスロー | のりチーズトースト 牛乳 | じゃがいも、胚芽米、食パン、油、マヨネーズ、小麦粉、砂糖 | 牛乳、豚こま肉、ビザ用チーズ | たまねぎ、すいか、にんじん、キャベツ、きゅうり、焼きのり | せんべい 牛乳 |
| 18 | 火 | もろこしごはん ローストチキン きゅうりとおくら酢の物 ふのりのすまし汁 | ケーキ 牛乳 | 米、砂糖 | 牛乳、鶏もも肉、絹ごし豆腐、たこ(茹)、かにかまぼこ、かつお節 | すいか、きゅうり、オクラ、とうもろこし、レタス、えだまめ、にんにく、こんぶ(だし用)、たまねぎ、しょうが、セロリー、ねぎ、カツ | ジュース |
| 19 | 水 | ごはん 鶏肉つくねやき ほうれん草のいそべあえ みそ汁 | ゼリー・おかし 牛乳 | 胚芽米、パン粉、片栗粉、油、砂糖 | 牛乳、鶏ひき肉、絹ごし豆腐、卵、かつお節、白みそ | すいか、もやし、ほうれんそう、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、のり佃煮、こんぶ(だし用) | せんべい 牛乳 |
| 20 | 木 | ごはん 鶏肉のまみそやき ごぼうサラダ 切干だいこんのスープ | パンネミート 牛乳 | 胚芽米、パンネ、マヨネーズ、砂糖、油、オリーブ油 | 牛乳、鶏もも肉、豚ひき肉、ツナ水煮缶、麦みそ、ごま | オレンジ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、ホールトマト缶詰、ごぼう、コーン缶、しめじ、切り干しだいこん、にんにく | せんべい 牛乳 |
| 21 | 金 | ごはん 鮭のレモンやき 筑前煮 みそ汁 | 豚肉としょうがのごはん 牛乳 | 胚芽米、米、板こんにゃく、油、砂糖 | 牛乳、さけ、ちくわ、豚肉(ロース)、白みそ、かつお節 | オレンジ、だいこん、にんじん、たまねぎ、ズッキーニ、しめじ、ねぎ、しょうが、万能ねぎ、レモン果汁、こんぶ(だし用) | せんべい 牛乳 |
| 22 | 土 | ごはん 鶏肉てりやき スパゲティサラダ みそ汁 | ゼリー・おかし | 胚芽米、じゃがいも、スパゲティ、油、はちみつ | 鶏もも肉、ツナ水煮缶、白みそ、かつお節 | オレンジ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、こんぶ(だし用)、カットわかめ | せんべい 牛乳 |
| 23 | 日 | | | | | | |
| 24 | 月 | 豚丼 ツナサラダ すまし汁 | カルピスゼリー 牛乳 | 胚芽米、しらたき、砂糖、油 | 牛乳、豚肉(ばら)、カルピス、ツナ水煮缶、凍り豆腐、かつお節 | すいか、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、ねぎ、コーン缶、こんぶ(だし用)、かんてん(粉)、カットわかめ、にん | せんべい 牛乳 |
| 25 | 火 | ごはん ポークビーンズ 油揚げの和風サラダ みそ汁 | マカロニきなこ 牛乳 | 胚芽米、じゃがいも、マカロニ、砂糖、オリーブ油 | 牛乳、豚こま肉、だいたず水煮缶詰、油揚げ、きな粉、脱脂粉乳、白みそ、バター、かつお節 | オレンジ、たまねぎ、キャベツ、ホールトマト缶詰、きゅうり、コーン缶、にんじん、こんぶ(だし用) | せんべい 牛乳 |
| 26 | 水 | ごはん みそチキンカツ トマトのしらすあえ すまし汁 | メロンパン 牛乳 | ロールパン、胚芽米、パン粉、油、小麦粉、ごま油、砂糖、片栗粉 | 牛乳、鶏もも肉、絹ごし豆腐、しらす干し、赤みそ、ごま、かつお節 | メロン、きゅうり、トマト、ねぎ、こんぶ(だし用) | せんべい 牛乳 |
| 27 | 木 | ごはん さわらのごまみそ焼き 小松菜の納豆あえ みそ汁 | 和風ラーメン 牛乳 | 胚芽米、焼きそばめん、てんぷら粉、油、砂糖、ごま油 | 牛乳、さわら、挽きわり納豆、絹ごし豆腐、白みそ、しらす干し、かつお節、ごま | オレンジ、こまつな、きゅうり、もずく、にんじん、ねぎ、焼きのり、こんぶ(だし用) | せんべい 牛乳 |
| 28 | 金 | 肉うどん わかめの酢の物 | しらすのまぜごはん 牛乳 | 干しうどん、米、ごま油、砂糖 | 牛乳、豚肉(ばら)、しらす干し、ごま、かつお節 | すいか、きゅうり、たまねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ、こまつな、こんぶ(だし用)、カットわかめ | せんべい 牛乳 |
| 29 | 土 | ごはん 肉じゃが わかめのサラダ 味噌汁 | ゼリー・おかし | じゃがいも、胚芽米、油、砂糖 | 豚こま肉、絹ごし豆腐、白みそ、かつお節 | オレンジ、きゅうり、たまねぎ、コーン缶、にんじん、えのきたけ、こんぶ(だし用)、カットわかめ | せんべい 牛乳 |
| 30 | 日 | | | | | | |

☆午前おやつは乳児のみです。
 ☆都合により変更することもあります。
 ☆おたんじょうび会は18日です。
 ☆昼食にはフルーツがでています。メロン、すいか、オレンジです。
 ☆今月初めの食材は、とうもろこしです。

