

2020年6月 献立表

日	曜	主食 (乳児)	献立名	給食の主な使用材料		体の調子を整える(緑)
				血・肉・骨になる(赤)	働く力のもとになる(黄)	
1	月	ごはん	干草焼き いんげんのごま和え 麩のすまし汁 ☆牛乳・杏仁豆腐	合いびき肉・卵 昆布 牛乳・粉寒天	砂糖・油 砂糖・ごま おつゆふ 砂糖	人参・玉葱・干し椎茸・ピーマン 人参・いんげん 人参・えのき・三つ葉 フルーツ缶
2	火	ごはん	豚肉の生姜焼き スパゲティサラダ フルーツ ☆牛乳・とうもろこし・昆布	豚肉 ツナ缶 牛乳・昆布	油 スパゲティ・マヨネーズ	人参・玉葱・ピーマン・キャベツ・生姜 人参・キャベツ・コーン 果物 とうもろこし
3	水	ごはん	肉豆腐 キャベツの甘酢和え フルーツ ☆牛乳・コンソメポテト	牛肉・焼き豆腐 ちりめん 牛乳	油・砂糖 砂糖 油・フレンチポテト	人参・玉葱・葱・えのき キャベツ・人参 果物
4	木	ごはん	さわらの照り焼き 大豆のはじき揚げ みそ汁 ☆牛乳・シュガーラスク	さわら 水煮大豆・ちりめん みそ・わかめ・煮干し 牛乳	砂糖・片栗粉 砂糖・黒ゴマ・片栗粉・油 じゃがいも ロールパン・砂糖・マーガリン	いんげん 人参・玉葱・葱・しめじ
5	金	ごはん	ポークソテー かぼちゃのヨーグルトサラダ フルーツ ☆牛乳・フルーチェ・お菓子	豚肉 ロースハム・チーズ・ヨーグルト 牛乳	油 マヨネーズ フルーチェの素・お菓子	玉葱・人参・小松菜・キャベツ かぼちゃ・きゅうり 果物 みかん缶
6	土	パスタ	ミートスパゲティ コンソメスープ ☆牛乳・お菓子・フルーツ	牛ひき肉・粉チーズ 牛乳	スパゲティ・油・砂糖 じゃがいも お菓子	人参・玉葱・ピーマン・しめじ・トマト缶 玉葱・人参・パセリ 果物
8	月	パン	ししやもフライ かみかみサラダ むらくもスープ ☆フルーツヨーグルト	ししやも ツナ缶 卵 ヨーグルト・スキムミルク	油・小麦粉・パン粉 マヨネーズ 片栗粉	人参・ごぼう・小松菜・キャベツ・コーン 玉葱・人参・パセリ フルーツ缶
9	火	ごはん	筑前煮 青梗菜としらすのごま和え フルーツ ☆牛乳・黒ゴマかりんとう	うずら卵・鶏肉・昆布 ちりめん 牛乳・豆乳	じゃが芋・板蕪・油・砂糖 ごま・砂糖 小麦粉・砂糖・黒ごま・油・ごま油	人参・ごぼう・たけのこ・いんげん・干し椎茸 青梗菜・キャベツ・人参 果物
10	水	ごはん	ハッシュドビーフ トマトとじゃこの和え物 フルーツ ☆牛乳・オートミールクッキー	牛肉 ちりめん・わかめ 牛乳・卵	砂糖・油 ごま・砂糖 マーガリン・小麦粉・砂糖・オートミール	玉葱・人参・しめじ・グリーンピース・ホールトマト トマト 果物
11	木	ごはん	豚肉のみそ炒め 春雨サラダ フルーツ ☆牛乳・じゃこトースト	豚肉・みそ ロースハム 牛乳・ちりめん	砂糖・油 春雨・マヨネーズ 食パン・マヨネーズ	人参・玉葱・キャベツ・ピーマン 人参・きゅうり・コーン 果物
12	金	ごはん	豆腐ハンバーグ コーンソテー すまし汁 ☆牛乳・あじさいゼリー・チーズ	鶏ひき肉・豆腐・ひじき 豆腐・昆布 牛乳・チーズ	パン粉・片栗粉 油 ゼリーの素	玉葱・干し椎茸 コーン・いんげん 人参・えのき・三つ葉
13	土	うどん	カレーうどん フレンチサラダ ☆牛乳・お菓子・フルーツ	牛肉・スキムミルク ロースハム 牛乳	干しうどん・油・カレールウ 油・砂糖 お菓子	人参・玉葱・葱 人参・きゅうり・キャベツ・コーン 果物
15	月	ごはん	凍り豆腐の炒め煮 切干大根のごまネーズ フルーツ ☆牛乳・小魚焼き	凍り豆腐・えび・昆布 ロースハム 牛乳・ちりめん・卵・青のり	片栗粉・油・砂糖 ごま・砂糖・マヨネーズ お好みソース・お好み粉	人参・しめじ・いんげん 切干大根・小松菜 果物 キャベツ



20日はおかず入りのお弁当を持ってきて下さい



…6日、13日、26日、27日は主食を園で提供のため、幼児もご飯はおりません。