

## 2022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	水	ご飯	豚肉のみそ炒め バンサンスー フルーツ  ☆牛乳・きな粉クッキー	豚肉・みそ 卵・蒲鉾  牛乳・鶏卵・きな粉	砂糖・油 ごま・ごま油・油・砂糖・春雨  小麦粉・砂糖・マーガリン	人参・玉葱・キャベツ・ピーマン 人参・きゅうり・玉ねぎ 果物
2	木	ご飯	肉豆腐 小松菜のおひたし フルーツ  ☆牛乳・じゃこトースト	牛肉・焼き豆腐 鰹節  牛乳・ちりめん	油・砂糖  食パン・マヨネーズ	人参・玉葱・葱・えのき 人参・小松菜・キャベツ 果物  パセリ
3	金	ご飯	ししゃもフライ カミカミサラダ みそ汁  ☆牛乳寒天	ししゃも ツナ みそ・煮干し・油揚げ  牛乳・粉寒天	油・小麦粉・パン粉 マヨネーズ・砂糖  砂糖	人参・ごぼう・小松菜・キャベツ・コーン 人参・葱・キャベツ・もやし・玉葱  フルーツ缶
4	土	パスタ	ミートスパゲッティ 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	スパゲッティ・油・砂糖 じゃが芋  お菓子	人参・玉葱・ピーマン・トマト缶・しめじ 人参・玉葱・パセリ  果物
6	月	ご飯	回鍋肉 春雨サラダ フルーツ  ☆牛乳・豆乳くずもち	豚肉・赤みそ ハム  牛乳・豆乳・きな粉	砂糖・ごま油 春雨・砂糖・マヨネーズ  砂糖・片栗粉	人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・竹の子・生姜 人参・きゅうり・コーン 果物
7	火	パン	さけのムニエル コーンソテー 中華スープ  ☆ゆかりむすび	さけ  豆腐・ベーコン	小麦粉・マーガリン 油 片栗粉  精白米	レモン いんげん・コーン レタス・きくらげ・葱  ゆかり
8	水	ご飯	麻婆豆腐 ひじきサラダ フルーツ  ☆牛乳・ごまビスケット	豆腐・合いびき肉・ちくわ・みそ ひじき・ハム・ちりめん  牛乳・豆乳	ごま・片栗粉・油・砂糖 油・砂糖・ごま  油・砂糖・小麦粉・黒ゴマ	人参・玉葱・葱・えのき ほうれん草・キャベツ 果物
9	木	ご飯	干草焼き アスパラガスの酢味噌がけ ふのすまし汁  ☆牛乳・揚げパン(ココア)	牛ひき肉・鶏卵 みそ だし昆布  牛乳	油・砂糖 砂糖 ふ  油・コッペパン・ミルクココア	人参・ピーマン・玉ねぎ・干し椎茸 アスパラ・人参 人参・えのき・三つ葉
10	金	ご飯	チキンチャップ 小松菜のチーズ和え フルーツ  ☆鉄分ヨーグルト・昆布	鶏肉 ちりめん・チーズ  鉄分ヨーグルト・昆布	油・砂糖 ごま・ごま油	人参・玉葱・ピーマン・しめじ 小松菜・人参・キャベツ 果物
11	土			お弁当の日		
13	月	ご飯	鶏肉のごまみそ焼き トマトとじゃこの和え物 野菜スープ  ☆牛乳・おふラスク	鶏肉・みそ ちりめん・わかめ ベーコン  牛乳	ごま・油・砂糖 ごま・砂糖  ふ・砂糖・マーガリン	トマト 人参・玉葱・もやし・しめじ・葱
14	火	ご飯	クリームシチュー フレンチサラダ フルーツ  ☆牛乳・コンソメポテト	豚肉・牛乳・スキムミルク・粉チーズ ハム  牛乳	じゃが芋・シチューールウ・油 油・砂糖  油・フレンチポテト	人参・玉葱・グリーンピース 人参・キャベツ・きゅうり・コーン 果物
15	水	ご飯	五目炒り豆腐 青梗菜としらすのごま和え フルーツ  ☆牛乳・ココアプリン・いりこ	牛ひき肉・豆腐・ちくわ・鶏卵 ちりめん  牛乳・いりこ	油・砂糖 ごま・砂糖  ココアプリンの素	人参・玉葱・キャベツ・ピーマン 青梗菜・キャベツ・人参 果物



11日はおかず入りのお弁当を持ってきて下さい

