

2017年 6月

予定献立表

月		火		水		木		金		土	
						1	胚芽ご飯 チキンのごまダレ焼き パパイヤ炒め 豆苗の味噌汁 果物 野菜ブリッツ 保育園ミルク	2	ハヤシライス 温野菜サラダ オニオンスープ 型抜きチーズ もずくのひらやーちー 豆乳	3	さかなそぼろご飯 おかか和え アーサ汁 やきいも 保育園ミルク
5	胚芽ご飯 麻婆豆腐 トマトとカラの酢醤油和え しめじと麩の清まし汁 ごまラスク 果物 保育園ミルク	6	胚芽ご飯 魚の照焼き くーぶいりちー かき卵汁 ぜんざい 果物	7	胚芽ご飯 和風ハンバーグ ゴーヤーサラダ もずく汁 型抜きチーズ プリン リックラッカー むぎちゃ	8	胚芽ご飯 白身魚のみそマヨネーズ焼き ごまじゃこサラダ 小松菜と油揚げの味噌汁 ポテトパンケーキ 保育園ミルク	9	スパゲティミートソース ブロッコリーサラダ レタススープ 果物 おにぎり(卵・味噌) むぎちゃ	10	ごぼうピラフ 春雨ナムル(もやし) コーンスープ カルシウムぼんせん 保育園ミルク 果物
12	もずく丼 ゆし豆腐 大根のレモン漬け 果物 ちんすこう 味付けいりこ 保育園ミルク	13	胚芽ご飯 チキンの香り焼き ゴーヤーチャンプルー じゃが芋の味噌汁 給食用アイスクリーム(90) たかはしもち むぎちゃ	14	胚芽ご飯 魚の有馬焼き 切干大根サラダ 南瓜の味噌汁 もずくパン プルーン 保育園ミルク	15	おべんとう 麦ケーキ(バナナ) むぎちゃ 果物	16	胚芽ご飯 魚の西京焼き かき玉汁 ヒジキとモヤシのサラダ 果物 ピザポテト 保育園ミルク	17	豚生姜焼き丼 胡瓜とわかめの酢の物 I/キとE/ツのｽｰﾌﾟ 紫芋チップ 保育園ミルク 果物
19	タコライス 青菜のゴマサラダ マカロニスープ 果物 きなこトースト 保育園ミルク	20	胚芽ご飯 魚のピザ焼 ポテトサラダ ツ/ツとI/キの味噌汁 スイートポテト 保育園ミルク	21	胚芽ご飯 鶏の塩こうじ焼 パパイヤサラダ とろろ昆布汁 果物 胚芽ｽｲｯｸ 豆乳 型抜きチーズ	22	胚芽ご飯 豆腐と海老のｸﾞﾏｯﾌﾟ 煮 小松菜とコーン炒め へちまの味噌汁 冷やしそうめん	23	慰霊の日	24	五目ご飯 豆腐ちゃんぷるー 小松菜と油揚げの味噌汁 果物 五穀かりんとう プルーン 保育園ミルク
26	納豆ご飯 イナムドッチ もずくと春雨のサラダ 果物 タンナファクルー 保育園ミルク まめによろこび	27	胚芽ご飯 グル昆の衣揚げ 人参しりしりー キャベツの味噌汁 果物 きなこクッキー 保育園ミルク	28	胚芽ご飯 鶏肉の南蛮漬け モーウィサラダ 星の子汁(カラ) 薄皮まんじゅう 保育園ミルク 味付けいりこ	29	胚芽ご飯 擬製豆腐 きんぴら炒め とうがんスープ ゴーヤー入スコーン 保育園ミルク	30	胚芽ご飯 白身魚の黄金焼き 拌三絲 豆苗スープ 果物 鉄ゼリー むぎちゃ クラッカー		

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

2017年 6月

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	木	保育園ミルク 鶏肉 豚肩ロース 油揚げ みそ	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 本みりん 胡麻 薄力粉 油 白ごま	バナナ 千切り 玉葱 人参 ビーツ トウモロコシ しめじ こんにゃく 果物
2	金	豚肩ロース 国産大豆 型抜きチーズ 卵 普通牛乳 豆乳	精白米 薄力粉 無塩バター マネー 片栗粉 油	玉葱 人参 しめじ 伊豆 グリーンピース トマト レタス かいわれ 小松菜 ブロッコリー 西洋南瓜 バジル もずく とうもろこし
3	土	保育園ミルク 鯖 削り節 沖縄豆腐	ひじきスティック 精白米 ごま油 三温糖 焼き芋	人参 じゃがいも 根みつば 生姜 キャベツ 胡瓜 もやし アスパラ ねぎ
4	日			
5	月	保育園ミルク 沖縄豆腐 豚挽肉 みそ シラス	胚芽米 もちきび 米粒麦 ごま油 三温糖 片栗粉 おつゆ麩 フライパン 胡麻 バター	長ねぎ とうもろこし 人参 生姜 にんにく トマト かりん しいたけ ねぎ 果物
6	火	赤魚 豚肩ロース 卵	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 油 片栗粉 金時豆 押麦 白玉粉 黒砂糖	生姜 刻み昆布 干椎茸 こんにゃく 人参 とうもろこし ねぎ 果物
7	水	鶏挽肉 沖縄豆腐 卵 竹輪 型抜きチーズ	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 パン粉(乾) 本みりん ごま油 三温糖 片栗粉 プリン リッツクラッカー	玉葱 じゃがいも バジル 人参 もずく 生姜
8	木	保育園ミルク 鯖 みそ シラス 油揚げ 味噌 卵 プレーヨーグルト	胚芽米 もちきび 米粒麦 マネー 本みりん 白ごま ごま油 三温糖 かつお粉 じゃがいも 無塩バター	キャベツ 人参 胡瓜 小松菜 レタス
9	金	合挽肉 豚ハシ かつお節 卵 みそ	スパゲッティ(乾) 無塩バター オリーブ油 三温糖 精白米	玉葱 人参 トマト ブロッコリー じゃがいも キャベツ 胡瓜 しいたけ しめじ 焼きのり 果物
10	土	保育園ミルク かつお節	ひじきスティック 精白米 ごま油 上白糖 本みりん 緑豆春雨 三温糖 片栗粉 カルシウムほんせん醤油味	じゃがいも ビーツ 人参 もやし 胡瓜 かりん 果物
11	日			
12	月	保育園ミルク 豚挽肉 卵 ゆし豆腐 みそ 味付けいりこ	精白米 ごま油 三温糖 薄力粉 油	もずく ビーツ 人参 生姜 ねぎ 大根 胡瓜 レタス レモン汁 果物
13	火	鶏肉 沖縄豆腐 卵 みそ きな粉	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 じゃがいも アイスクリーム さつまいも もちこ むぎ粉 黒砂糖粉	にんにく じゃがいも 玉葱 人参 ねぎ 乾燥わかめ
14	水	保育園ミルク 鯖 卵 みそ	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 油 白ごま 三温糖 もずくパン	生姜 にんにく 切り干し大根 胡瓜 人参 日本南瓜 玉葱 ねぎ プルーン
15	木	卵 普通牛乳	薄力粉 全粒粉 三温糖 無塩バター	バナナ 果物
16	金	保育園ミルク 鯖 みそ 卵 絹ごし豆腐 卵 国産大豆 ビザ用チーズ	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 片栗粉 ごま油 じゃがいも	生姜 みつ葉 干しひじき もやし 胡瓜 人参 じゃがいも 果物
17	土	保育園ミルク 豚肩ロース シラス	精白米 本みりん 油 片栗粉 三温糖 紫芋チップ	玉葱 生姜 みず菜 胡瓜 乾燥わかめ えのき もやし 人参 果物
18	日			
19	月	保育園ミルク 合挽肉 プレーヨーグルト 卵 国産大豆	精白米 三温糖 白ごま マカロニ タンナファクトリー 鉄ゼリー	玉葱 キャベツ トマト 小松菜 胡瓜 人参 果物
20	火	卵 国産大豆 ビザ用チーズ 卵 みそ 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 オリーブ油 じゃがいも マネー さつまいも 三温糖 バター 生クリーム	玉葱 人参 胡瓜 しめじ えのき ねぎ
21	水	鶏肉 卵 豆乳 型抜きチーズ	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 胡麻 おつゆ麩 胚芽スティック	バナナ 千切り 人参 胡瓜 とうもろこし かつお 果物
22	木	豚挽肉 沖縄豆腐 海老 国産大豆 みそ	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 油 片栗粉 そうめん(乾) 本みりん	玉葱 人参 ほうれん草 にんにく 生姜 小松菜 じゃがいも しめじ かりん ねぎ かりん 果物
23	金			
24	土	保育園ミルク 鶏肉 沖縄豆腐 卵 油揚げ 味噌	精白米 ごま油 本みりん 油 五穀かりんとう	人参 干しひじき ねぎ キャベツ 小松菜 プルーン 果物
25	日			
26	月	保育園ミルク 挽きわり納豆 豚肩ロース かまぼこ 卵	胚芽米 もちきび 米粒麦 春雨 三温糖 白ごま タナファクトリー	こんにゃく 人参 干椎茸 ねぎ もやし 胡瓜 もずく オレンジ
27	火	卵 竹輪 みそ きな粉 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 有塩バター グラニュー糖	人参 ビーツ じゃがいも 玉葱 キャベツ 果物
28	水	保育園ミルク 鶏肉 卵 味付けいりこ	胚芽米 もちきび 米粒麦 片栗粉 油 グラニュー糖 薄皮まんじゅう	バナナ モーウィ 胡瓜 人参 かりん じゃがいも
29	木	保育園ミルク 沖縄豆腐 卵 すり身 鶏肉 かつお	胚芽米 もちきび 米粒麦 胡麻 本みりん 三温糖 油 片栗粉 ごま油 薄力粉 無塩バター グラニュー糖 生クリーム	人参 干椎茸 とうもろこし 干しひじき じゃがいも しらす 冬瓜 しめじ ねぎ じゃがいも 果物
30	金	卵 ビザ用チーズ 国産大豆	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 春雨 胡麻 ごま油 三温糖 鉄ゼリー クラッカー	かりん じゃがいも 胡瓜 もやし 人参 もずく トウモロコシ しめじ 果物

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。