



6月 給食献立表

◎午前中は水分補給のみです。
朝食をしっかりと食べて登園しましょう。

令和5年5月29日

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名			
				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	調味料
1	木	わかめごはん・松風焼き チンゲン菜の炒め煮 麩のすまし汁・オレンジ	牛乳 アメリカンドッグ風	米、○ホットケーキ粉、片栗粉、こま、砂糖、焼ふ、油	○牛乳、鶏ひき肉、○調製豆乳、木綿豆腐、○魚肉ソーセージ、ちくわ、しらす干し、米みそ(淡色辛みそ)	チンゲンサイ、オレンジ、にんじん皮むき、たまねぎ、えのきたけ、葉ねぎ	s
2	金	ご飯・鮭の香味焼き にんじんのごまサラダ 切干大根の味噌汁・バナナ	牛乳 チーズラスク	米、○フランスパン、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、○マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、ごま、砂糖、ごま油	○牛乳、さけ、ツナ油漬缶(きはだ)、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ、○粉チーズ、凍り豆腐	バナナ、にんじん皮むき、きゅうり、万能ねぎ、切り干しだいこん、葉ねぎ、にんにく、しょうが	しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、酢、かつおだし・鰹節、食塩、○パセリ粉
3	土	チャーハン 中華スープ バナナ	せんべい	米、油、ごま油	豚肉(肩ロース)、生揚げ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、にら、ピーマン	中華だしの素、鶏がらだしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩
5	月	ご飯・たらのバター醤油焼き マカロニサラダ・豆スープ キウイフルーツ	牛乳 ★おからケーキ	米、○小麦粉、○砂糖、○マーガリン、じゃがいも、マカロニ、バター、砂糖、ごま油	○牛乳、たら、○卵、○おから、ゆで大豆、ハム、ベーコン	キウイフルーツ、にんじん皮むき、きゅうり、たまねぎ、コーン缶、○干しぶどう	しょうゆ(うすくち)、酢、コンソメ・粉末、みりん、食塩、パセリ粉
6	火	ご飯・豚肉のしょうが焼き もやしの和え物 えのきの味噌汁・オレンジ	牛乳 ★コーンフレーククッキー	米、○小麦粉、○マーガリン、○砂糖、○コーンフレーク、砂糖、油、ごま	○牛乳、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、○卵、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	根切りもやし、たまねぎ、オレンジ、きゅうり、にんじん皮むき、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、生わかめ、えのきたけ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、みりん、酒、かつおだし・鰹節
7	水	ご飯★やみつきチキン かぼちゃの素揚げ 大根スープ・バナナ	牛乳 豆乳スコーン	米、○小麦粉、○油、○メープルシロップ、油、砂糖、マヨネーズ	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、○調製豆乳、豚ひき肉	バナナ、かぼちゃ、だいこん皮むき、にんじん皮むき、万能ねぎ、にんにく	ケチャップ、みりん、しょうゆ、鶏がらだしの素、食塩、○食塩、こしょう
8	木	ハヤシライス ★コールスローサラダ オレンジ	牛乳 プアマンケーキ	米、○小麦粉、○砂糖、マヨネーズ、○油、砂糖	○牛乳、牛肉(肩ロース)	キャベツ、たまねぎ、オレンジ、にんじん皮むき、しめじ、かぼちゃ、コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)	ハヤシルウ、酢、食塩、○食塩
9	金	ご飯・さばの旨煮 おからサラダ じゃが芋の味噌汁・バナナ	フルーツヨーグルト	米、じゃがいも、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、砂糖	○ソファール元気ヨーグルト、さば、おから、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ	バナナ、○バナナ、○みかん缶、にんじん皮むき、たまねぎ、きゅうり、万能ねぎ、しょうが	酢、しょうゆ(うすくち)、酒、かつおだし・鰹節、食塩
10	土	豚丼 大根の味噌汁 バナナ	クラッカー	米、しらす干し、砂糖	豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	バナナ、たまねぎ、だいこん皮むき、にんじん皮むき、万能ねぎ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、みりん
12	月	ご飯・鮭のマヨパン粉焼き キャベツとウインナーのソテー コンソメスープ・オレンジ	牛乳 ★ホットケーキ	米、○ホットケーキ粉、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、パン粉、油	○牛乳、さけ、ウインナーソーセージ、○卵、ベーコン	オレンジ、根切りもやし、キャベツ、にんじん皮むき、たまねぎ、コーン缶、○いちごジャム	しょうゆ、粒入りマスタード、コンソメ・粉末、食塩
13	火	牛丼 ちくわの和え物 豚汁・メロン	牛乳 ★マーマレードケーキ	米、しらす干し、○ホットケーキ粉、板こんにゃく、○バター、砂糖、ごま	○牛乳、牛肉(肩ロース)、豚肉(肩ロース)、生揚げ、ちくわ、○卵、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節	メロン(緑肉)、たまねぎ、にんじん皮むき、キャベツ、○マーマレード、だいこん皮むき、きゅうり、洗いごぼう、葉ねぎ、塩こんぶ	しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節
14	水	ご飯・さわらのねぎソース フライドポテト 春雨スープ・バナナ	牛乳 米粉のきな粉スティック	米、じゃがいも、○米粉、○メープルシロップ、○油、油、はるさめ、○黒ごま、ごま油、片栗粉	○牛乳、さわら、鶏ひき肉、○調製豆乳、○きな粉	バナナ、はくさい、葉ねぎ、しめじ、しょうが	酢、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、食塩、○食塩
15	木	パン・鶏のコーンフレーク焼き ★シーチキンサラダ 豆乳スープ・オレンジ	牛乳 マシュマロサンド	ロールパン、クロワッサン、コーンフレーク、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、マヨネーズ、ごま、食パン	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、調製豆乳、ツナ油漬缶、大豆水煮缶、ベーコン	オレンジ、にんじん皮むき、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、しょうが	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、食塩
16	金	ご飯・牛肉と春雨の炒め物 ★ちくわの磯辺揚げ ★卵スープ・バナナ	牛乳 ココア豆乳プリン	米、○砂糖、小麦粉、はるさめ(緑豆)、油、砂糖、ごま油、ごま	○牛乳、○調製豆乳、牛肉(肩ロース)、卵、生揚げ、木綿豆腐、ちくわ、○セラチン	バナナ、にんじん皮むき、たまねぎ、万能ねぎ、赤ピーマン、ピーマン、あおのり	しょうゆ(うすくち)、酒、鶏がらだしの素、食塩
17	土	チキンライス コーンスープ バナナ	ラムネ	米、ごま油、油	鶏むね肉(皮付)	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、コーン缶、葉ねぎ、えのきたけ、グリーンピース(水煮缶詰)	ケチャップ、鶏がらだしの素、食塩
19	月	ご飯・さばのごま味噌焼き 切干大根の旨煮 豆腐のすまし汁・オレンジ	牛乳 シュガーパイ	米、砂糖、○グラニュー糖、ごま	○牛乳、さば、木綿豆腐、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	オレンジ、にんじん皮むき、たまねぎ、切り干しだいこん、万能ねぎ、しょうが	みりん、しょうゆ(うすくち)、酒、かつおだし・鰹節、食塩
20	火	ご飯・サーモンナゲット マカロニポリタン キャベツのスープ・バナナ	ヨーグルト	米、米粉、マカロニ、油、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、ごま	○ソファール元気ヨーグルト、木綿豆腐、鮭フレーク、ベーコン	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん皮むき、ピーマン、しめじ、コーン缶、にんにく、しょうが	ケチャップ、鶏がらだしの素、食塩、鶏がらだしの素
21	水	ご飯・豚肉と豆腐の旨煮 きゅうりのゆかりあえ わかめの味噌汁 キウイフルーツ	牛乳 手作りクッキー	米、○小麦粉、○油、○砂糖、片栗粉、砂糖	○牛乳、豚肉(もも)、絹ごし豆腐、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	キウイフルーツ、たまねぎ、きゅうり、根切りもやし、にんじん、だいこん皮むき、葉ねぎ、生わかめ	しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし・鰹節
22	木	ご飯・のり塩チキン きんぴらじゃがごぼう なすの味噌汁・オレンジ	牛乳 マカロニあべかわ	米、じゃがいも、片栗粉、○マカロニ、○砂糖、砂糖、ごま、ごま油	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、木綿豆腐、○きな粉、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	オレンジ、にんじん皮むき、洗いごぼう、なす、万能ねぎ、しょうが、あおのり	しょうゆ、酒、かつおだし・鰹節、食塩、○食塩
23	金	ご飯・塩だれ回鍋肉 春雨サラダ わかめスープ・バナナ	牛乳 じゃこトースト	米、○食パン、○マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、はるさめ(緑豆)、ごま、○ごま、砂糖、ごま油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、ハム、○スライスチーズ、○しらす干し	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん皮むき、きゅうり、生わかめ、ピーマン、コーン缶、レモン果汁、にんにく	酢、酒、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、鶏がらだしの素、粉末、食塩、オイスターソース
24	土	鮭チャーハン 豆腐のスープ バナナ	せんべい	米、油	鮭フレーク、木綿豆腐、豚ひき肉	バナナ、にんじん皮むき、たまねぎ、ピーマン、葉ねぎ	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、食塩
26	月	ご飯・鮭の塩焼き ひじき煮 厚揚げの味噌汁・オレンジ	牛乳 蒸しパン	米、○小麦粉、○砂糖、砂糖、油	○牛乳、さけ、生揚げ、大豆水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ	オレンジ、たまねぎ、にんじん皮むき、○いちごジャム、えのきたけ、ひじき	しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、かつおだし・鰹節、食塩
27	火	★親子どんぶり ひじきと切干大根のサラダ かぼちゃの味噌汁・バナナ	牛乳 米粉と豆腐のブラウニー	米、○米粉、○油、○砂糖、砂糖、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、ごま、○片栗粉	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、卵、○木綿豆腐、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ツナ油漬缶(きはだ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、かぼちゃ、きゅうり、切り干しだいこん、○バナナ、葉ねぎ、ひじき、焼きのり	酢、しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし・鰹節、食塩
28	水	ピピン丼 粉ふき芋 わかめスープ・メロン	牛乳 ★にんじんケーキ	米、じゃがいも、○小麦粉、○油、○砂糖、砂糖、ごま、ごま油	○牛乳、牛肉(もも)、卵、木綿豆腐、○卵	メロン(緑肉)、ほうれんそう、大豆もやし、にんじん皮むき、○にんじん皮むき、たまねぎ、生わかめ、コーン缶、にんにく、あおのり	しょうゆ(うすくち)、酒、鶏がらだしの素、食塩、○食塩
29	木	ご飯・鶏の照り焼き 五目豆・ほうれん草の味噌汁 オレンジ	牛乳 ジャムサンド	米、○サンドイッチパン、板こんにゃく、砂糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、ゆで大豆、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)	オレンジ、にんじん皮むき、ほうれんそう、たまねぎ、○いちごジャム、だいこん皮むき、えのきたけ	酒、みりん、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節
30	金	ポークカレー チーズ バナナ	牛乳 ★きな粉ホットケーキ	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○メープルシロップ、○無塩バター、○砂糖	○牛乳、豚肉(肩ロース)、チーズ、○卵、○きな粉	バナナ、にんじん皮むき、たまねぎ、しめじ、グリーンピース(水煮缶詰)	カレールウ

※材料の都合により、メニューが変更する場合があります。

※アレルギー対応について

昼食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。

卵を使った料理には★印をつけています。

離乳児は、必要に応じて昼食・おやつの内容変更があります。

6月15日、ひまわり・こすもす・なのはな組・むぎ組園児のパンはバイキング形式になります。