

# 6月 こんだてひょう



\*このほかに1, 2歳児は午前中に牛乳のおやつがあります  
\*献立は行事や材料の都合などで変更になることがあります

日	曜	主 食	副 食		おやつ	主な材料	
			お か ず	汁 物			
1	15	木	ごはん	豚肉の大根おろしソース 青菜の納豆和え	なすのみそ汁	わらびもち ●牛乳	七分米・豚肉・人参・ピーマン・大根・アスパラ・かいわれ菜 もやし・玉ねぎ・小松菜・納豆・人参・えのき・ニラ・なす 長ネギ・油揚げ・しめじ・鶏肉・きな粉・片栗粉・黒砂糖
2	16	金	ごはん	□ かぶと豚肉の甘辛焼き ▽ オクラのナムル	くずし豆腐と鶏挽きのスープ	鮭わかめおにぎり ●牛乳	七分米・かぶ・豚肉・人参・かぶ葉・玉ねぎ・ピーマン・パプリカ たけのこ・しめじ・オクラ・ブロッコリー・トマト・ささみ・豆腐 鶏肉・キャベツ・えのき・ちんげん菜・玉ねぎ・鮭・わかめ
3	17	土	なすみそ豚丼	レタスとごぼうのサラダ	わかめと油揚げのみそ汁	●○ 袋菓子 ●牛乳	七分米・なす・豚肉・人参・エリンギ・長ネギ・パプリカ・玉ねぎ ピーマン・ごぼう・レタス・ささみ・コーン・きゅうり ｽﾌｯﾌﾞｲﾝﾄﾞﾙ・わかめ・油揚げ・玉ねぎ・絹さや・えのき・牛乳
5	19	月	○ 鶏ごぼうピラフ	▲ ポテトサラダ	ミネストローネ	黒糖蒸しパン ●牛乳	七分米・バター・アスパラ・しめじ・鶏肉・ごぼう・人参・コーン 空豆・ピーマン・じゃが芋・きゅうり・マカロニ・玉ねぎ・レタス ハム・マネズ・ホトトギス・キャベツ・セロリ・かぶ・レズン・米粉
6	20	火	□ オクラ麻婆丼	もやしの中華和え	キャベツとわかめのスープ	焼きビーフン ●牛乳	七分米・豆腐・人参・豚肉・筍・長ネギ・オクラ・赤ピーマン・もやし ピーマン・小松菜・きゅうり・キャベツ・わかめ・春雨・鶏肉 しめじ・ビーフン・ピーマン・長ネギ・豚肉・牛乳
7	21	水	梅ごはん	豚肉の甘酒焼き 糸寒天のサラダ	じゃが芋のすり流し汁	●● カントリーブレッド ●牛乳	七分米・梅干し・豚肉・甘酒・ピーマン・なす・玉ねぎ・人参 糸寒天・きゅうり・ミニトマト・レタス・白菜・えのき・万能ネギ じゃが芋・玉ねぎ・ｷｯｸﾝｽﾀｰ・さつま芋・レズン・りんご・牛乳
8	22	木	● 肉うどん	ごぼうと空豆のかき揚げ 酢の物		参鶏湯風 ●牛乳	乾麺・玉ねぎ・白菜・長ねぎ・人参・しめじ・絹さや・えのき 豚肉・空豆・ごぼう・みつば・玉ねぎ・じゃこ・きゅうり・わかめ ツナ・鶏肉・長ネギ・昆布・にんにく・牛乳
9	23	金	ごはん	炒め酢豚 もやしとニラの梅醤油和え	● なすの素麺汁	○ あじさいヨーグルト 麦茶	七分米・豚肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・パプリカ・コーン キャベツ・ニラ・もやし・人参・梅干し・なす・素麺・大根 えのき・長ネギ・ｺﾝｽﾀｰｰチ・オクラ・ヨーグルト・はちみつ・寒天
10	24	土	豚肉とピーマンのカレー丼	にんじんサラダ さつま芋の昆布煮	きのこと豆腐のスープ	●○ 袋菓子 ●牛乳	七分米・豚肉・ピーマン・パプリカ・たけのこ・しめじ・玉ねぎ 人参・ｺﾝｽﾀｰｰチ・玉ねぎ・さつま芋・大豆・昆布・じゃこ・しめじ きゅうり・えのき・豆腐・ニラ・牛乳
12	26	月	キャロットライス	鶏の甘夏焼き ▽ 緑黄色野菜のサラダ	野菜スープ	●△ メロンみるく寒天 麦茶	七分米・人参・鶏肉・甘夏・人参・かぼちゃ・ミニトマト・ツナ ブロッコリー・赤ピーマン・アスパラ・かぶ葉・いんげん・万能ネギ・サラダ菜 玉ねぎ・小松菜・オクラ・チンゲン菜・キャベツ・メロン・寒天
13	27	火	ごはん	カジキの照り焼き煮 青菜と大根の付け合わせ	■ ごま風味汁	● お好み焼き ●牛乳	七分米・かじき・片栗粉・大根・小松菜・人参・えのき・もやし 豚肉・長ネギ・しめじ・ごぼう・小麦粉・キャベツ・青のり・長芋 万能ネギ・ごま・さつま芋・花かつお
14	27	水	ごはん	○ タンドリーチキン 温野菜	キャベツと玉ねぎのスープ	●○● 甘夏サンド ●牛乳	七分米・鶏肉・ヨーグルト・りんご・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・かぶ さつま芋・じゃが芋・しめじ・パプリカ・アスパラ・なす・チーズ レモン・はちみつ・キャベツ・鶏肉・コーン・食パン・甘夏
15	29	木	雑穀ごはん	□ 鶏とじゃが芋の炒め煮 ちんげん菜ともやしの酢みそ和え	大根とえのきのみそ汁	●○ パナナブレッド ●牛乳	七分米・雑穀米・鶏肉・じゃが芋・しめじ・たけのこ・玉ねぎ 人参・ちんげん菜・もやし・厚揚げ・ツナ・大根・えのき・油揚げ バナナ・バター・牛乳・ｷｯｸﾝｽﾀｰ・レモン
16	30	金	◇ カンボジアカレー <small>(世界の料理 カンボジア)</small>	ピクルス	オクラのスープ	● 水無月 <small>(郷土料理 京都)</small> ●牛乳	七分米・鶏肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・エンドウ豆・なす・タラ ｺﾝｽﾀｰｰﾙ・きゅうり・大根・万能ネギ・ｺﾝｺﾞ・オクラ・豚肉・上新粉 レタス・豆腐・しめじ・春雨・小麦粉・小豆・牛乳

## 6月予定

1(木) 15(木) 乳児健診  
9(金) 歯科検診  
16(金) キャンプ説明会  
かもめ

22(木) 避難訓練  
23(金)～24(土)お泊まり保育  
かもめ  
30(金)プラネタリウム  
かもめ



## アレルギー対応が必要な食品を使用する献立

●:「牛乳」 ○:「乳製品」 ◆:「卵」 ♪:「エビ」 □たけのこ △:「メロン」  
♣:「小麦・小麦製品」 ▽:「トマト」 ▲:「マヨネーズ」 ■:「ごま」 ◇:「ｺﾝｽﾀｰｰﾙ」