

6月分献立表

*献立は、行事や材料の都合などで変更になる場合があります
*このほかに0.1.2歳児は午前中に牛乳等の午前おやつがあります

日	曜	主食	副食		おやつ	主な材料	
			副菜	汁物			
1	15	木	ご飯	鶏肉とごぼうの煮物 切干大根の和え物	豆乳飛鳥汁	バナナケーキ 牛乳	米/鶏モモ肉・ごぼう・人参・生椎茸・玉葱・さやいんげん・生姜/ 切干大根・人参・きゅうり・油揚げ・しらす・ごま/ 人参・大根・れんこん・白菜・ごぼう・こんにゃく・豆乳/ 薄力粉・マーガリン・卵・クルミ・バナナ・ベーキングパウダー/牛乳
2		金	ご飯	豚肉と大豆のうま煮 ひじきの中華サラダ	ワンタンスープ	ボンデケーショ 牛乳	米/豚モモ肉・大豆・大根・人参・長葱・青梗菜・筍水煮・干し椎茸・生姜/ ひじき・人参・れんこん・きゅうり・ツナ缶/ ワンタンの皮・豚挽肉・玉葱・長葱・小松菜・生椎茸・にんにく/ 白玉粉・薄力粉・卵・バルメザンチーズ・ごま・牛乳・ベーキングパウダー・ごま/牛乳
3	17	土	野菜と鶏肉の 甘味噌丼	きゅうりと大豆もやしの サラダ	玉葱のスープ	カップケーキ 牛乳	米・鶏モモ肉・ごぼう・玉葱・人参・長葱・焼き海苔・ごま/ 大豆もやし・きゅうり・トマト・人参・ツナ缶/ 豚モモ肉・玉葱・人参・えのき茸・わかめ・生姜/ ホットケーキミックス・牛乳・かぼちゃ・干しぶどう/牛乳
5	19	月	バターロール	豚肉とじゃが芋のトマト煮 蒸し鶏とレタスのサラダ	キャベツとコーンの スープ	抹茶マーブル クッキー 牛乳	バターロール/ 豚肩肉・じゃが芋・トマト缶・人参・しめじ・ヤングコーン・パセリ・にんにく・ケチャップ 中濃ソース/レタス・鶏ムネ肉・きゅうり・わかめ・レモン/ キャベツ・玉葱・人参・えのき茸・コーン缶/薄力粉・抹茶/牛乳
6	20	火	ご飯	塩昆布チャンプルー 大根のごましそサラダ	鶏肉と青梗菜の スープ	揚げじゃが 牛乳	米/豚モモ肉・卵・高野豆腐・キャベツ・もやし・人参・長葱・玉葱・生姜/ 大根・きゅうり・トマト・レタス・大葉・ごま/ 鶏モモ肉・生椎茸・えのき茸・玉葱・青梗菜/ じゃが芋・薄力粉・ウィンナー・コーン缶・プロセスチーズ・パセリ/牛乳
7	21	水	☆じゃじゃ麺	カリカリ大根サラダ	あおさ汁	ひじきおにぎり 牛乳	乾麺・豚挽肉・玉葱・長葱・筍水煮・干し椎茸・きゅうり・もやし・トマト・にんにく・生姜・甜麺醤 ごま/じゃが芋・大根・レタス・水菜・人参・玉葱/ あおさ・木綿豆腐・長葱・玉葱・えのき茸/ 米・ひじき・鶏挽肉/牛乳
8	22	木	ヤングコーンと ツナの炊き込みご 飯	和風梅子キン えのきとトマトの和風サラダ	夏野菜のみそ汁	かぼちゃとバナナの スイーツボール 牛乳	米・ヤングコーン・ツナ缶/鶏モモ肉・薄力粉・サラダ菜・長葱・焼き海苔・自家製梅干し/ トマト・えのき茸・きゅうり・もやし・わかめ・かつお節/ 玉葱・かぼちゃ・人参・なす・長葱・油揚げ/ かぼちゃ・バナナ・ホットケーキミックス・牛乳/牛乳
9	23	金	ラタトゥユカレー	グリーンサラダ	ガーリックスープ	ととちゃんせんべい こめ棒くん 牛乳	米・鶏モモ肉・玉葱・かぼちゃ・じゃが芋・人参・エリンギ・ズッキーニ・なす・青ピーマン カレーフレーク/レタス・アスパラガス・ミニトマト・コーン缶・ツナ缶・焼き海苔/ ブロッコリー・人参・じゃが芋・玉葱・わかめ・にんにく/ ととちゃんせんべい/こめ棒くん/ (23日さつま芋・さくらんぼ) /牛乳
10	24	土	豚肉としめじの 混ぜご飯	きゅうりとわかめの中華和え	大根と鶏肉の 生姜スープ	カップケーキ 牛乳	米・豚挽肉・しめじ・玉葱・人参・コーン缶/もやし・きゅうり・人参・わかめ/ 鶏モモ肉・大根・人参・じゃが芋・生姜/ ホットケーキミックス・牛乳・パイン缶/牛乳
12	26	月	豚玉丼	和ハーブサラダ	じゃが芋とわかめの みそ汁	カルシウム ビスケット 牛乳	米・豚モモ肉・卵・玉葱・人参・小松菜/ 切干大根・人参・きゅうり・トマト・大葉・水菜・コーン缶/ じゃが芋・玉葱・わかめ・しめじ・油揚げ/ 薄力粉・煮干し粉末・ごま・青のり/牛乳
13	27	火	食パン	あじフライ フレンチコールスロー	野菜のカレースープ	★パッタイ 牛乳	食パン/あじ・薄力粉・パン粉・卵・ウスターソース・サラダ菜/ キャベツ・レタス・人参・きゅうり・コーン缶・レモン/ じゃが芋・玉葱・大根・人参・ヤングコーン・ベーコン・カレー粉/ 米粉類・桜えび・卵・もやし・にら・玉葱・万能葱・にんにく・生姜・レモン/牛乳
14	28	水	じゃこ入り 納豆チャーハン	もやしとわかめのナムル	酸辣湯	ヨーグルトケーキ 麦茶	米・納豆・卵・玉葱・レタス・しらす・小松菜・生姜/ もやし・大根・わかめ・人参・きゅうり/豚モモ肉・木綿豆腐・人参・筍水煮・干し椎茸・万能葱/ ヨーグルト・動物性クリーム・牛乳・白桃缶・レモン・ゼラチン/麦茶
	29	木	ご飯	豚肉と茄子のオイスター炒め 豆腐とトマトのサラダ	のりとたまごの スープ	チーズマフィン 牛乳	米/豚モモ肉・豚バラ肉・なす・人参・じゃが芋・筍水煮・ヤングコーン・ごま 万能葱・オイスターソース/木綿豆腐・トマト・きゅうり・レタス・水菜・わかめ・大葉/ 玉葱・卵・焼き海苔・万能葱・コーン缶/ 薄力粉・卵・ヨーグルト・クリームチーズ・パイン缶・ベーキングパウダー/牛乳
16	30	金	ヤングコーンと ブロッコリーの パスタ	りんごとチーズのサラダ	大根とキャベツの あっさりスープ	じゃこチャーハン 牛乳	スパゲティ・鶏モモ肉・ヤングコーン・ブロッコリー・人参・玉葱・にんにく・トマト缶/ りんご・レタス・キャベツ・人参・きゅうり・クリームチーズ・粒マスタード/ 玄米・長葱・高菜漬・しらす・ごま/牛乳

