

献立予定表 6月上旬

今月の目標:ごはんの後は、しっかり歯をみがきましょう!

2021年

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 3時おやつ
			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		
1 火	ごはん ほうれん草 のり和え	ポークカレー スパゲティサラダ ウインナー 黄桃缶、麦茶	じゃが芋 マヨネーズ サラスパ	豚肩ロース 脱脂粉乳 ウインナー 魚肉ソーセージ	玉葱、人参 レタス、きゅうり グリーンピース コーン缶、黄桃缶	麦茶 ビスケット	牛乳 クッキー
2 水	ごはん 大根煮物	マグロの竜田揚げ 温野菜ごまドレサラダ 粉ふき芋、オレンジ スープ(人参、えのき茸)	油、片栗粉 じゃが芋 ごまドレッシング	キハダマグロ	青のり、ブロッコリー キャベツ、人参 えのき茸 オレンジ	麦茶 ウエハース	りんご ジュース せんべい
3 木	ごはん チンゲン菜 おかか和え	イタリアンオムレツ 豚肉と昆布の炒め煮 鮭フレーク、バナナ すまし汁(小松菜、玉葱)	砂糖、油 糸こんにゃく	卵、チーズ 豚肩ロース ごま 鮭フレーク	トマト、パセリ 昆布、人参 小松菜、玉葱 バナナ	麦茶 せんべい	牛乳 ココア オレオ 蒸しパン
4 金	ごはん ひじき 煮物	麻婆豆腐 きゅうりツナサラダ チキンナゲット キウイ、麦茶	マヨネーズ	豚ひき肉 絹ごし豆腐 チキンナゲット ツナ缶	きゅうり、人参、長葱 ピーマン、しいたけ もやし キウイ	麦茶 クッキー	麦茶 クラッカー
5 土	ごはん コーン煮	チンジャオロースー さつま芋ミルク煮、みかん缶 ほうれん草春雨サラダ スープ(卵、わかめ)	ごま油、さつま芋 砂糖、マヨネーズ 春雨	豚肩ロース、卵 魚肉ソーセージ 牛乳	ピーマン、赤ピーマン もやし、人参 ほうれん草、わかめ みかん缶	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう
6 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
7 月	ごはん チーズ	白菜シチュー トマトレタスサラダ アンパンマンポテト バナナ、麦茶	マヨネーズ じゃが芋	若鶏もも皮なし 脱脂粉乳	人参、玉葱、白菜 コーン缶、きゅうり レタス、トマト バナナ	麦茶 せんべい	ヨーグルト 揚げ菓子
8 火	ごはん いんげん 煮物	ほっけの塩焼き 小松菜納豆和え うずら卵煮物、オレンジ 味噌汁(大根、なめこ)	油	ほっけ、ひきわり納豆 うずら卵水煮缶	小松菜、キャベツ 大根、なめこ 生姜、オレンジ	麦茶 ウエハース	麦茶 たこ焼き
9 水	おにぎり 	ミートボールスープ シルバーサラダ エビカツ 洋梨缶	春雨 マヨネーズ 小麦粉、パン粉 油	ミートボール エビ 魚肉ソーセージ	人参、玉葱、長葱 白菜、しめじ レタス、きゅうり 洋梨缶	麦茶 クッキー	ゼリー せんべい
10 木	冷やしラーメン ミニフランク ほうれん草サラダ キウイ	ポテトオムレツ オクラツナスパサラダ 鶏そぼろ、パイン缶 スープ(キャベツ、人参)	茹で中華麺 マヨネーズ	豚肩ロース、卵 ミニフランク なると	ほうれん草、キャベツ 人参、わかめ キウイ	麦茶 ビスケット	牛乳 チーズ ケーキ
11 金	ごはん 切干大根 煮物	ポテトオムレツ オクラツナスパサラダ 鶏そぼろ、パイン缶 スープ(キャベツ、人参)	じゃが芋 サラスパ	卵、ベーコン ツナ缶 鶏ひき肉	ピーマン オクラ、しめじ キャベツ、人参 パイン缶	麦茶 せんべい	麦茶 クッキー
12 土	ごはん さんま缶	肉豆腐 キャベツのナムル かまぼこ、みかん缶 味噌汁(もやし、油揚げ)	油、ごま油 片栗粉	豚肩ロース、木綿豆腐 かまぼこ ごま、油揚げ	ニラ、玉葱、人参 キャベツ、きゅうり もやし みかん缶	麦茶 クラッカー	スポロン せんべい
13 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
14 月	ごはん さつま芋 煮物	豚汁 とろてんサラダ エビシュウマイ チーズ納豆、黄桃缶	ごま油	豚バラ肉、焼き豆腐 魚肉ソーセージ、ごま チーズ、ひきわり納豆 エビシュウマイ	白菜、人参、玉葱 しめじ、長葱 とろてん、レタス きゅうり、黄桃缶	麦茶 ビスケット	ヨーグルト 揚げ菓子
15 火	ごはん 小松菜 ごま和え	ハヤシライス マカロニサラダ 鶏つくね バナナ、麦茶	じゃが芋 マカロニ マヨネーズ	豚肩ロース 脱脂粉乳 鶏つくね 魚肉ソーセージ	人参、玉葱、コーン缶 グリーンピース レタス、きゅうり バナナ	麦茶 クッキー	フルーツ ポンチ
16 水	ごはん 枝豆	さばのカレー味竜田揚げ ブロッコリーサラダ うずら卵煮物、パイン缶 味噌汁(わかめ、えのき茸)	片栗粉 油 マヨネーズ	さば うずら卵水煮缶	ブロッコリー 人参、コーン缶 わかめ、えのき茸 パイン缶	麦茶 せんべい	牛乳 クッキー

