

# 6月給食予定表

〈あか・き・みどりのたべものだいすき〉

2021. 6. 1 子供の国保育園

| 日  | 曜 | 3才以上児食・未満児食                       |                   | 3歳未満児        | きいろの食品                                      | あかの食品                     | みどりの食品   |
|----|---|-----------------------------------|-------------------|--------------|---|---------------------------|--|
|    |   | 主食・主菜・副菜                          | 3時・土曜間食           | 10時間食        | 力がでる食べ物                                     | おおきくなる食べ物                 | からだの調子を整える食べ物  |
| 1  | 火 | ご飯 キスのラビコットソース<br>ブロッコング 豆腐スープ    | 牛乳<br>チーズトースト     | 牛乳<br>ふかし芋   | 米、食パン<br>小麦粉                                | 牛乳、きす<br>豆腐、チーズ           | たまねぎ、ブロッコリー、キャベツ<br>にんじん、こまつな、トマト、こんぶ                          |
| 2  | 水 | ご飯 チンジャオロース<br>たたき胡瓜 たまごスープ       | 牛乳<br>黒糖蒸しパン      | 牛乳<br>バナナ    | 米、小麦粉<br>ごま、片栗粉                             | 牛乳、豚肉<br>卵、豆腐             | きゅうり、たまねぎ、ピーマン<br>たけのこ、えのきたけ、ねぎ                                |
| 3  | 木 | ご飯 鮭の西京焼き<br>ゆかり和え そうめん汁          | 牛乳<br>梅しらすおにぎり    | 牛乳<br>りんご    | 米、そうめん                                      | 牛乳、さけ、しらす                 | たまねぎ、キャベツ、きゅうり、ねぎ<br>にんじん、梅干し、しそ、しょうが                          |
| 4  | 金 | ご飯 まさご揚げ じゃが芋汁<br>ほうれんそうのおかか和え    | 牛乳<br>チーズ おかき     | バナナヨーグ<br>ルト | 米、じゃがいも<br>片栗粉                              | 牛乳、豆腐、鶏肉<br>チーズ、卵、かつお節    | たまねぎ、ほうれんそう、キャベツ<br>にんじん、こまつな、ねぎ                               |
| 5  | 土 |                                   | 牛乳<br>ビスケット       |              |   |                           |  |
| 7  | 月 | カリコリご飯 親子汁<br>じゃがいもの炒め煮           | 牛乳<br>ツナパン        | 牛乳<br>チーズ    | じゃがいも、ごま<br>小麦粉、片栗粉                         | 牛乳、鶏肉、豚肉、卵<br>ツナ、しらす、かまぼこ | たまねぎ、にんじん、ねぎ、いんげん  |
| 8  | 火 | ご飯 サバのカレー焼き<br>ピーマンのツナ和え わかめ汁     | 牛乳<br>クッキー        | 牛乳<br>ふかし芋   | 米、小麦粉<br>ホットケーキ粉                            | 牛乳、サバ、ツナ、卵                | たまねぎ、ピーマン、にんじん、わかめ   |
| 9  | 水 | 人参ピラフ 鶏しそ天ぷら<br>梅きゅうり すまし汁 ゼリー    | 牛乳<br>お祝いケーキ      | 牛乳<br>バナナ    | 米、小麦粉<br>コーンスターチ                            | 牛乳、鶏肉<br>豆腐、ウインナー         | たまねぎ、きゅうり、にんじん、なめこ<br>ねぎ、コーン、しそ、梅干し、パセリ                        |
| 10 | 木 | ご飯 焼きしゅうまい<br>中華サラダ ワンタンスープ       | 牛乳<br>大学芋         | 牛乳<br>りんご    | 米、さつまいも<br>ワンタンの皮<br>はるさめ、片栗粉<br>コーンフレーク、ごま | 牛乳、豚肉、鶏肉<br>卵、ハム          | たまねぎ、もやし、チンゲンサイ<br>きゅうり、キャベツ、しいたけ<br>グリーンピース、しょうが              |
| 11 | 金 | ご飯 鱈フライのタルタルソースかけ<br>ポイル野菜 豆腐のみそ汁 | 牛乳<br>チーズ おかき     | バナナヨーグ<br>ルト | 米、パン粉<br>小麦粉                                | 牛乳、あじ、豆腐<br>卵、チーズ         | ブロッコリー、たまねぎ、きゅうり<br>らっきょう、ねぎ、パセリ、わかめ                           |
| 12 | 土 |                                   | 牛乳<br>ビスケット       |              |   |                           |  |
| 14 | 月 | ご飯 鯖のさっぱり煮<br>ごま和え じゃが芋汁          | 牛乳<br>ピザトースト      | 牛乳<br>チーズ    | じゃがいも<br>食パン、ごま                             | 牛乳、さば<br>チーズ、ベーコン         | たまねぎ、もやし、こまつな、にんじん<br>ピーマン、ねぎ、にんにく、しょうが                        |
| 15 | 火 | ご飯 鶏のから揚げ<br>納豆サラダ もずくスープ         | 牛乳<br>キャロットケーキ    | 牛乳<br>ふかし芋   | 米、小麦粉                                       | 牛乳、鶏肉、豆腐<br>卵、納豆、ツナ       | たまねぎ、キャベツ、にんじん<br>きゅうり、もずく、ほうれんそう<br>ねぎ、にんにく、しょうが              |
| 16 | 水 | ご飯 とうもろこしの重ね焼き<br>さつま芋サラダ なめこスープ  | 牛乳<br>ラスク         | 牛乳<br>バナナ    | 米、さつまいも<br>食パン、パン粉<br>小麦粉                   | 牛乳、豚肉、豆腐<br>卵、チーズ         | たまねぎ、コーン、きゅうり、なめこ<br>にんじん、干しぶどう<br>ほうれんそう、にんにく                 |
| 17 | 木 | ご飯 白身魚のりんごソースかけ<br>キャベツの昆布和え にら玉汁 | 牛乳<br>チーズ蒸しパン     | 牛乳<br>りんご    | 米、片栗粉<br>ホットケーキ粉                            | 牛乳、あこうだい<br>卵、チーズ         | キャベツ、たまねぎ、りんご、にら<br>こんぶ、干しぶどう、しょうが                             |
| 18 | 金 | カレーライス らっきょうサラダ 福神漬               | 牛乳<br>チーズ おかき     | バナナヨーグ<br>ルト | じゃがいも、米                                     | 牛乳、豚肉<br>チーズ、ツナ           | たまねぎ、にんじん、きゅうり<br>りんご、らっきょう、グリーンピース<br>切り干しだいこん、にんにく           |
| 19 | 土 |                                   | 牛乳<br>ビスケット       |              |   |                           |  |
| 21 | 月 | ご飯 鮭の塩麹焼き<br>玉ねぎの梅和え 豚汁           | 牛乳 青のリフライ<br>ドポテト | 牛乳<br>チーズ    | じゃがいも<br>米、さといも                             | 牛乳、さけ、豆腐<br>豚肉、かつお節       | たまねぎ、だいこん、きゅうり、ねぎ<br>にんじん、ごぼう、梅干し、あおのり                         |
| 22 | 火 | 生姜ご飯 鶏の変わり衣揚げ<br>酢の物 玉ねぎのみそ汁      | 牛乳<br>ウインナーサンド    | 牛乳<br>ふかし芋   | 米、ロールパン<br>片栗粉、ごま                           | 牛乳、鶏肉、しらす<br>ウインナー、油揚げ    | きゅうり、たまねぎ、えのきたけ<br>ごぼう、ねぎ、にんじん、しょうが<br>さやえんどう、わかめ              |
| 23 | 水 | ご飯 ハンバーグ<br>ポイル野菜 コーンスープ          | 牛乳<br>ホットケーキ      | 牛乳<br>バナナ    | 米、パン粉<br>ホットケーキ粉                            | 牛乳、豚肉、牛肉、卵                | たまねぎ、コーン<br>ミニトマト、ブロッコリー、パセリ                                   |
| 24 | 木 | ビビンバ丼 わかめスープ ゼリー                  | 牛乳<br>焼きスパ        | 牛乳<br>りんご    | 米、ごま<br>スパゲティ                               | 牛乳、卵、豚肉<br>豆腐、鶏肉          | たまねぎ、もやし、ほうれんそう、ねぎ<br>にんじん、キャベツ、えのきたけ、にら<br>しょうが、わかめ、にんにく、あおのり |
| 25 | 金 | ご飯 キスのカレー揚げ<br>豆腐サラダ オニオンスープ      | 牛乳<br>チーズ おかき     | バナナヨーグ<br>ルト | 米、小麦粉                                       | 牛乳、きす、豆腐<br>チーズ、卵         | たまねぎ、ブロッコリー、しいたけ<br>赤ピーマン、黄ピーマン                                |
| 26 | 土 |                                   | 牛乳<br>ビスケット       |              |   |                           |  |
| 28 | 月 | ご飯 鶏の照り焼き<br>干草和え いわし団子のみそ汁       | 牛乳<br>わかめおにぎり     | 牛乳<br>チーズ    | 米   | 牛乳、鶏肉、豆腐<br>いわし、ハム        | だいこん、ほうれんそう<br>えのきたけ、にんじん、ねぎ                                   |
| 29 | 火 | ご飯 さばの竜田揚げ<br>ごぼうサラダ のっぺい汁        | 牛乳<br>じゃがいももち     | 牛乳<br>ふかし芋   | じゃがいも、米<br>さといも<br>片栗粉、ごま                   | 牛乳、サバ<br>鶏肉、ツナ            | だいこん、きゅうり、にんじん、しょうが<br>しいたけ、コーン、ねぎ、ひじき、ごぼう                     |
| 30 | 水 | ご飯 スタミナ納豆<br>胡瓜の酢の物 なすのみそ汁        | 牛乳<br>芋けんぴ        | 牛乳<br>バナナ    | 米、さつまいも<br>ごま                               | 牛乳、鶏肉<br>納豆、油揚げ           | たまねぎ、きゅうり、なす、ねぎ<br>にんじん、にんにく、しょうが、わかめ                          |

★食材の納品の関係により、献立、食材を変更することがありますのでご了承ください。