

6月の献立



平成30年

ひろにわ保育所

	献立 (未満児主食)	10時のおやつ	3時のおやつ	体を作る	調子を整える	熱や力になる
1 金	魚の竜田揚げ (ご飯) 昆布和え 味噌汁	牛乳 果物	牛乳 カロチンケーキ	牛乳 鯖 塩昆布 ごま 味噌 卵	生姜 キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 ねぎ	醤油 酒 三温糖 片栗粉 キャノーラ油 じゃが芋 蒸しパン粉 バター
2 土	きつねうどん 飲むヨーグルト パナナ	牛乳 チーズ	お茶 お菓子	稲荷揚げ 丸天 かまぼこ 飲むヨーグルト	ネギ パナナ	うどん麺 塩 醤油 みりん
4 月	鶏のトマト煮 (ご飯) コンソメスープ オレンジ	牛乳 お菓子	牛乳 ごぼうフライ	牛乳 鶏肉 ベーコン	玉葱 にんにく トマト 缶 トマト キャベツ 人参 チンゲンサイ オレンジ 牛蒡	三温糖 コンソメ 醤油 ケチャップ カレー粉 塩 片栗粉 ガーリックパウダー キャノーラ油
5 火	ピビンパ井 (ご飯) わかめスープ ゆかり和え	牛乳 ゼリー	牛乳 ぼて餅	牛乳 合挽ミンチ わかめ	ぜんまい わらび ほうれん草 もやし 人参 小松菜 胡瓜 玉葱 ねぎ	醤油 三温糖 みりん ごま油 酢 しそふりかけ コンソメ 塩 じゃが芋 バター 白玉粉
6 水	肉じゃが (ご飯) かき玉汁 オレンジ	牛乳 チーズ	牛乳 お菓子	牛乳 牛肉 豚肉 丸天 卵	玉葱 人参 干し椎茸 えのき ねぎ オレンジ	じゃが芋 蒟蒻 キャノーラ油 塩 醤油 三温糖 みりん 片栗粉
7 木	豚肉の生姜風ソテー (ご飯) じゃがいもの味噌汁 一口ゼリー	牛乳 果物	牛乳 ひじきトースト	牛乳 豚肉 油揚げ 味噌 ひじき ベーコン とろけるチーズ	キャベツ 人参 ピーマン もやし 玉葱 生姜 ねぎ	みりん 醤油 片栗粉 キャノーラ油 じゃが芋 一口ゼリー 酒 食パン マーガリン ピザソース
8 金	魚の香味焼き (ご飯) たたき胡瓜 はるさめスープ オレンジ	牛乳 お菓子	お茶 冷やしぜんざい	牛乳 鯖 ごま 豚肉 小豆 豆腐	にんにく 胡瓜 玉葱 人参 もやし えのき 干し椎茸 ねぎ オレンジ	醤油 みりん 酒 酢 三温糖 中華だし 塩 ごま油 春雨 白玉粉
9 土	ラーメン 牛乳 パナナ	牛乳 ゼリー	お茶 お菓子	牛乳 豚肉 ごま	玉葱 人参 もやし コーン キャベツ ねぎ パナナ	ラーメン麺 醤油 中華だし 塩 こしょう ごま油
11 月	あさくら献立 チキンカツ (ご飯) かき玉汁 スティック胡瓜 茹でそら豆	牛乳 果物	牛乳 ピザトースト	牛乳 鶏ささみ 卵 とろけるチーズ ツナ缶	玉葱 キャベツ 人参 ねぎ 胡瓜 コーン ピーマン そら豆	塩 小麦粉 パン粉 キャノーラ油 醤油 片栗粉 食パン ピザソース
12 火	コーンシチュー (ご飯) 切干大根のごまあえ オレンジ	牛乳 チーズ	牛乳 黒糖ラスク	牛乳 鶏肉 生クリーム ツナ缶 ごま きな粉	玉葱 人参 コーン クリームコーン缶 切り干し大根 胡瓜 オレンジ	じゃが芋 小麦粉 バター コンソメ 塩 キャノーラ油 三温糖 醤油 食パン 黒砂糖
13 水	麻婆豆腐 (ご飯) パンサンスー プチトマト	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 合挽ミンチ 赤味噌 豆腐 ハム 卵	玉葱 人参 干し椎茸 竹の子 ニラ 生姜 にんにく 胡瓜 ミニトマト	ごま油 中華だし 醤油 塩 三温糖 みりん 片栗粉 春雨 酢 キャノーラ油
14 木	なすのミートグラタン (パン) 野菜スープ ヨーグルト	牛乳 ゼリー	牛乳 切干おにぎり	牛乳 合挽ミンチ とろけるチーズ ヨーグルト 油揚げ	茄子 人参 玉葱 しめじ パセリ もやし 切り干し大根 トマト缶	じゃが芋 マカロニ 塩 ケチャップ キャノーラ油 コンソメ バター パン粉 醤油 米 三温糖 みりん 酒
15 金	魚の塩焼き (ご飯) 味噌汁 チーズ粉ふき芋	牛乳 果物	牛乳 ミニボルガ	牛乳 鮭 粉チーズ 豆腐 わかめ 油揚げ 味噌	玉葱 ねぎ	塩 じゃが芋 ミニボルガ
16 土	保育参観(試食会) (パン) ポークビーンズ オレンジジュース	牛乳 チーズ	お茶 お菓子	豚肉 大豆	玉葱 人参 ピーマン エリンギ マッシュルーム トマト缶	じゃが芋 コンソメ ケチャップ 塩 三温糖 キャノーラ油 オレンジジュース
18 月	八宝菜 (ご飯) 金時豆の甘煮 オレンジ	牛乳 お菓子	牛乳 パインケーキ	牛乳 豚肉 金時豆 卵	キャベツ 竹の子 人参 干し椎茸 生姜 にんにく オレンジ パイン缶 レーズン	ごま油 中華だし 塩 こしょう 醤油 三温糖 片栗粉 キャノーラ油 ホットケーキミックス
19 火	食育の日 雑穀ご飯 ひじきと大豆の煮物 焼きししゃも 味噌汁 プチトマト	牛乳 ゼリー	牛乳 ゼリー	牛乳 ししゃも ひじき 油揚げ 大豆 豆腐 わかめ 竹輪 味噌 きな粉 卵	人参 いんげん 玉葱 ねぎ ミニトマト	米 雑穀米 キャノーラ油 醤油 みりん 三温糖 ゼリーの素
20 水	インディアンマカロニ (ご飯) スティック胡瓜 わかめスープ 一口ゼリー	牛乳 チーズ	牛乳 お菓子	牛乳 合挽ミンチ 粉チーズ わかめ	玉葱 人参 ピーマン 胡瓜 ねぎ	マカロニ じゃが芋 カレー粉 塩 こしょう キャノーラ油 コンソメ 醤油
21 木	鯖のごまみそ煮 (ご飯) さわやか漬け 豆腐とわかめのすまし汁	牛乳 お菓子	牛乳 あべかわバナナ	牛乳 鯖 味噌 ごま 豆腐 かまぼこ わかめ きな粉	生姜 キャベツ 人参 胡瓜 レモン ねぎ パナナ	三温糖 醤油 みりん 塩
22 金	照り焼きチキン (ご飯) ポテトサラダ オニオンスープ	牛乳 果物	牛乳 フルーツ白玉	牛乳 鶏肉 ハム ベーコン 豆腐	生姜 にんにく 人参 胡瓜 コーン 玉葱 みかん缶 もも缶 パイン缶 りんご パナナ	醤油 三温糖 酒 じゃが芋 マヨネーズ 塩 バター コンソメ こしょう 白玉粉 オレンジ ジュース
23 土	わかめうどん 牛乳 パナナ	牛乳 ゼリー	お茶 お菓子	牛乳 わかめ かまぼこ 丸天	ネギ パナナ	うどん麺 塩 醤油 みりん
25 月	かぼちゃのそぼろ煮 (ご飯) 納豆 かき玉汁	牛乳 チーズ	牛乳 ソーダブレッド	牛乳 合挽ミンチ 納豆 わかめ 卵 ヨーグルト	南瓜 玉葱 人参 干し椎茸 竹の子 いんげん えのき ねぎ レーズン	キャノーラ油 醤油 みりん 塩 三温糖 片栗粉 小麦粉 ベーキングパウダー
26 火	魚のカレー揚げ (ご飯) キャベツとりんごのサラダ パスタスープ	牛乳 果物	牛乳 お好み焼き	牛乳 鯖 ベーコン 干しエビ かつお節	キャベツ 人参 胡瓜 りんご 玉葱 マッシュルーム パセリ もやし	塩 カレー粉 片栗粉 キャノーラ油 酢 三温糖 こしょう スパゲティ麺 コンソメ 小麦粉 山芋 ソース マヨネーズ
27 水	ハヤシライス (ご飯) フルーツヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 牛肉 豚肉 ヨーグルト	玉葱 人参 しめじ えのき マッシュルーム トマト トマト缶 みかん缶 パイン缶 もも缶 パナナ りんご	ハヤシルー ケチャップ キャノーラ油
28 木	ミートローフ (ロールパン) 人参グラッセ トマトスープ	牛乳 ゼリー	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 合挽ミンチ 豆腐 卵 ベーコン	玉葱 人参 コーン キャベツ トマト トマト缶 パセリ	パン粉 ケチャップ 三温糖 塩 レモン汁 じゃが芋 コンソメ こしょう 米 炊き込みわかめ
29 金	五目厚焼き卵 (ご飯) かぼちゃの味噌汁 ヤクルト	牛乳 果物	牛乳 コーン蒸しパン	牛乳 鶏ミンチ 卵 味噌	玉葱 人参 コーン 干し椎茸 南瓜 ねぎ	塩 三温糖 醤油 ヤクルト 蒸しパン粉 バター
30 土	スパゲティミートソース 牛乳 パナナ	牛乳 チーズ	お茶 お菓子	牛乳 合挽ミンチ 粉チーズ	玉葱 人参 エリンギ しめじ マッシュルーム トマト トマト缶 パセリ パナナ	スパゲティ麺 バター コンソメ 塩 ケチャップ キャノーラ油

※都合により献立、材料を変更することがございます。ご了承ください。

※3時のおやつは赤字は、手作りおやつです。

もうすぐ梅雨に入り、じめじめとした季節が始まりますね。この季節は、体調管理とともに食中毒予防にもしっかりと注意を払いましょう。

6月の食材は、春から夏に向かって色鮮やかになっていきます。6月の給食に登場する空豆はこの時期だけの旬の食材です。

安全面を考えて6月から9月まではお弁当の日がありません。私たちも食中毒予防に努めながら、旬の食材を使って給食を作っていきたいと思えます。

～季節の食材～

新ごぼう、新じゃが、南瓜、胡瓜、ピーマン、そら豆、トマト

保育所でも使用している食材です。献立表で探してみてください。

給食室・・・福田、上川、稲葉

