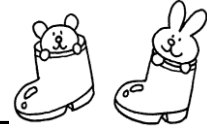




6がつのこんだてひょう



日曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	その他
			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	その他
01水	ジメジメとした梅雨の時期になります	ゼリー				ゼリー
15水	季節の変わり目で体調を崩しやすくなります。疲れをためないよう早寝	鶏のレモン風味 ブロッコリーの中華和え ココロスープ 牛乳 ごませんべい	片栗粉、油、きび砂糖 砂糖、ごま油 さつまいも 小麦粉、強力粉、きび砂糖	鶏もも肉 ベーコン 牛乳 黒ごま、白ごま 牛乳	レモン果汁 ブロッコリー、にんじん たまねぎ、にんじん、コーン缶、パセリ	しょうゆ、白こしょう、食塩 酢、しょうゆ コンソメ、食塩、白こしょう 食塩
02木	早起きで、朝ご飯しっかり食べて登園してきてください	牛乳 動物ビスケット		牛乳		動物ビスケット
16木	6月4日～10日は「歯と口の健康習慣」です。食べ物をよく噛んで唾液をたくさん出す事も虫歯予防になります。	チャプチェ ひじきのツナ佃煮 白ごま野菜のスープ 牛乳 きな粉の米粉クッキー	マロニー、ごま油 きび砂糖 微細米粉、きび砂糖、油、片栗粉	豚肉 ツナ油漬 鶏ひき肉、油揚げ、味噌、白ごま、ねぎ 牛乳 調製豆乳、きな粉 牛乳	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、しょうが にんじん、ひじき キャベツ、ねぎ、ピーマン	しょうゆ、酒、白こしょう、食塩 しょうゆ、本みりん、酒 しょうゆ、かつおだし・濃縮 食塩
03金	6月4日～10日は「歯と口の健康習慣」です。食べ物をよく噛んで唾液をたくさん出す事も虫歯予防になります。	牛乳 バナナ		牛乳	バナナ	
20月	21日は夏至です1年で一番昼が長くなる日です。立夏と立秋のちょうど真ん中を指すそうです。	マーボー豆腐 キャベツのじゃこ和え 中華スープ 牛乳 もちもちチーズパン	片栗粉、ごま油 ごま油 白玉だんご粉、油	木綿豆腐、豚ひき肉、味噌 小女子 ベーコン 牛乳 牛乳、チーズ	にんじん、ねぎ、干しいたけ、にんにく、しょうが キャベツ、きゅうり チンゲン菜、たまねぎ、コーン缶、竹の子	しょうゆ、中華だしの素、トウバンジャン 食塩 中華だしの素、しょうゆ(うすくち) 食塩
06月	21日は夏至です1年で一番昼が長くなる日です。立夏と立秋のちょうど真ん中を指すそうです。	ヨーグルト		ヨーグルト(加糖)		
21火	7日は年少組の親子レクがあります。お天気になるといいですね。	鶏とさつまいものあまから揚げ ゆかり漬け わかめスープ お茶 小谷漬けおこわ	さつまいも、油、片栗粉、きび砂糖	鶏もも肉 白ごま	きゅうり、キャベツ、にんじん コーン缶、ねぎ、わかめ	しょうゆ、酒、本みりん、食塩 ゆかり粉、食塩 しょうゆ(うすくち)、中華だしの素、食塩
07火	8日は献立検討会です。市販のおやつになります。	牛乳 せんべい		牛乳		せんべい
22水	23日は保育所保育士等研修会と職員研修会があります。	赤魚の煮付け マセドアンサラダ みそ汁 牛乳 パンケーキ	きび砂糖 じゃがいも、マヨネーズ ホットケーキ粉、メープルシロップ	赤魚 ハム、チーズ 木綿豆腐、卵、味噌 牛乳 卵、バター、牛乳	しょうが きゅうり、にんじん はちく、小ねぎ、わかめ	しょうゆ、本みりん、酒 食塩、白こしょう 煮干し
08水	8日は献立検討会です。市販のおやつになります。	牛乳 マンナビスケット		牛乳		マンナビスケット
23木	23日は保育所保育士等研修会と職員研修会があります。	ポークカレー 海藻サラダ 果物	じゃがいも、小麦粉、油 油	豚肉、バター、牛乳 ツナ油漬	たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが キャベツ、コーン缶、わかめ、かんでん アメリカンチェリー	カレー粉、ケチャップ、しょうゆ、ソース、コンソメ、カレー粉 酢、食塩、白こしょう ビスケット
09木	23日給食を食べて降園です	牛乳 せんべい		牛乳		せんべい
24金	レバーは鉄分、ビタミンが豊富です	のり塩チキン れんこのきんぴら すいとん汁 牛乳 レモンラスク	マヨネーズ しらたき、油、ごま油 小麦粉	鶏もも肉 油揚げ 牛乳 バター、スキムミルク	あおのり れんこん、ピーマン、にんじん たまねぎ、だいこん、にんじん、ごぼう、しいたけ	酒、食塩 しょうゆ、みりん しょうゆ(うすくち)、かつおだし・濃縮、食塩
10金	レバーは鉄分、ビタミンが豊富です	たまごボーロ		牛乳		たまごボーロ
27月	機能、皮膚や粘膜の健康を保つ効果があります	レバーのかりん揚げ ほうれん草のしらす和え 五目みそ汁 ヨーグルト和え	片栗粉、油、きび砂糖 砂糖	豚レバー しらす干し 味噌、油揚げ ヨーグルト(無糖)	しょうが、にんにく ほうれん草、にんじん だいこん、たまねぎ、にんじん、ごぼう、ねぎ	ケチャップ、酒、ウスターソース、しょうゆ しょうゆ 煮干し
13月	カラフルな色合いのゼリーです。	牛乳 ふんわりコーン		牛乳		ふんわりコーン
28火	あじさいの季節ならではののおやつです。	肉だんごのコーン蒸し スティック野菜のサラダ かぼちゃ豆乳味噌スープ あじさいゼリー	片栗粉 マヨネーズ	豚ひき肉 豆乳、鶏もも肉、味噌	たまねぎ、コーン缶、しょうが にんじん、だいこん、グリーンアスパラガス かぼちゃ、たまねぎ、しめじ、ほうれん草	しょうゆ、酒、食塩 食塩 中華スープ ゼリーの素
14火	切り干し大根は、同じ重量の生の	牛乳 バナナ		牛乳	バナナ	
30木	大根と比較するとカルシウムが15倍鉄分が23倍に増えるそうです。	鮭のタルタル焼き 切干大根の煮物 鶏そぼろ汁 牛乳 マシュマロコーン	パン粉、卵不使用タルタルソース きび砂糖 ごま油 コーンフレーク	鮭 さつまいも揚げ、油揚げ 木綿豆腐、鶏ひき肉、味噌 牛乳 バター	にんじん、切り干しだいこん、干しいたけ かぶ、にんじん、えのきたけ、ねぎ	食塩、パセリ粉、白こしょう しょうゆ、みりん マシュマロ
17金	季節の献立の日	牛乳 野菜ビスケット		牛乳		野菜ビスケット
	ご飯に鶏肉のそぼろといり卵、スナップえんどうを混ぜます。	三色まぜごはん かじきのピザ焼き 果物 根曲がりだけの味噌汁 ヨーグルト	米、きび砂糖	鶏ひき肉、いり卵 かじき、とろけるチーズ 木綿豆腐、さば(水煮缶)、味噌 ヨーグルト(加糖)	スナップえんどう、しょうが たまねぎ、黄ピーマン、赤ピーマン メロン 根曲がりだけ	しょうゆ、酒 ケチャップ、ワイン(白)、食塩 煮干し
17日(金) 季節の献立の日 23日(木) 保育所保育士等研修会 兼 職員研修会 29日(水) 誕生日会			白ごはんはいりません 給食を食べて降園です(希望保育はありません) 白ごはんはいりません			