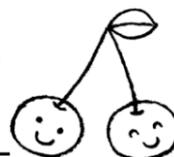




# 6がつのこんだてひょう



2023年06月

しろま保育園

日曜	時間帯	材 料 名					
		黄 献立	赤 熱と力になるもの	緑 血や肉や骨になるもの	その他 体の調子を整えるもの		
01木	4日は虫歯予防デーです。虫歯予防には歯みがきはもちろんですが、食べ物をよく噛んでだ液をたくさん出すことや、ダラダラ食べをしないことも虫歯予防になります。21日は歯科指導があります。	牛乳 ビスケット チリコンカン キャベツのツナあえ のっぺい汁	油 油 さといも、片栗粉	牛乳 豚ひき肉、だいず(乾) ツナ油漬 油揚げ	たまねぎ、野菜ジュース、にんにく キャベツ、にんじん なめこ、だいこん、にんじん、ねぎ、ごぼう	ビスケット ケチャップ、コンソメ、カレー粉 酢、しょうゆ(うすくち)、食塩、こしょう しょうゆ(うすくち)、かつおだし	
15木		牛乳 コーンフレーククッキー	小麦粉、コーンフレーク、きび砂糖	牛乳 バター、卵			
02金		ゼリー 高野豆腐のそぼろあん ブロッコリーのマヨネーズ和え 春野菜のスープ	片栗粉、きび砂糖、油 マヨネーズ	豚ひき肉、凍り豆腐 ベーコン	にんじん、たまねぎ、ピーマン ブロッコリー、コーン缶 キャベツ、スナックえんどう、にんじん	ゼリー かつお・昆布だし、しょうゆ、酒、本みりん 食塩 コンソメ、食塩	
19月		牛乳 じゃこトースト ヨーグルト	マヨネーズ、食パン	牛乳 しらす干し ヨーグルト(加糖)			
05月		松風焼き くずきりのサラダ 豆腐スープ	片栗粉、きび砂糖、油 くずきり(乾)、油	鶏ひき肉、味噌、白ごま かにかまぼこ 木綿豆腐、なると	れんこん、ねぎ、しいたけ もやし、きゅうり、わかめ にんじん、ねぎ	酢、しょうゆ、食塩 中華だしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩	
20火		牛乳 ごまちゃんすこう	小麦粉、きび砂糖、油	牛乳 白ごま		食塩	
06火		牛乳 ビスケット タンドリーチキン かぼちゃの甘煮 白ごま野菜のスープ	きび砂糖 つきこんにやく	鶏もも肉、ヨーグルト(無糖)、脱脂粉乳 豚肉、味噌、白ねりごま	しょうが かぼちゃ たまねぎ、キャベツ、にんじん、小ねぎ	ビスケット 食塩、カレー粉 しょうゆ、かつおだし かつおだし	
21水		牛乳 餃子の皮ピザ	ぎょうざの皮	牛乳 とろけるチーズ、ウインナー	コーン缶、ピーマン	ケチャップ	
07水		レバーは鉄分やビタミンA、Bが多く含まれています。臭みをしっかりと取りケチャップ味の人気メニューです。	レバーのかりん揚げ グリーンサラダ みそ汁 あじさいゼリー	片栗粉、油、きび砂糖 油 じゃがいも	豚レバー チーズ 味噌、油揚げ	バナナ しょうが、にんにく きゅうり、レタス、グリーンアスパラ、スナックえんどう にんじん、ねぎ、わかめ ゼリーの素	
22木		未満児午前おやつ		牛乳			
08木		給食	赤魚の煮付け さつまいもの白和え ビーフンのスープ	きび砂糖 さつまいも、きび砂糖 ビーフン	あかうお 木綿豆腐、すりごま、白ごま 豚ひき肉	しょうが にんじん、ほうれん草 しいたけ、小ねぎ、にんじん、たけのこ	せんべい しょうゆ、本みりん、酒 かつおだし汁、しょうゆ(うすくち)、食塩 しょうゆ(うすくち)、中華だしの素、食塩
23金		午後おやつ	牛乳 焼きだんご	白玉粉、油	牛乳 絹ごし豆腐	甘納豆・あずき	
09金		牛乳 たまごボーロ チキン南蛮 ミニトマト けんちん汁 ヨーグルト和え	マヨネーズ、微細米粉、きび砂糖	鶏もも肉、ゆで卵 木綿豆腐、豚肉、油揚げ	きゅうり、たまねぎ ミニトマト だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ バナナ、もも缶、みかん缶	たまごボーロ 酢、しょうゆ、酒、食塩、白こしょう しょうゆ、かつおだし、食塩	
12月		いりどりとは、鶏肉を炒めるところからついた名前です。旨味とこくが付き、照りもよく仕上がります。	牛乳 クッキー いりどり ちくわ磯辺揚げ 麩のすまし汁 フルーツポンチ	さといも、つきこん、油 油、片栗粉 白玉麩 きび砂糖	牛乳 鶏もも肉 ちくわ	クッキー しょうゆ、本みりん しょうゆ(うすくち)、かつおだし もも缶、みかん缶、アメリカンチェリー、レモン果汁	
27火		はちくは「淡竹」と書き、一般的な「妄想竹」と違いアクがないので、下茹でしないで食べられます。	牛乳 動物ビスケット たらのごまサクサク はちくのおかか煮 チキンスープ お茶 たご焼き風おにぎり	マヨネーズ、パン粉、油 しらたき 米	牛乳 たら、白ごま かつお節 鶏もも肉 チーズ、かつお節	動物ビスケット ウスターソース、食塩 かつおだし・濃縮、しょうゆ、みりん、酒 コンソメ、食塩 中濃ソース	
28水		14日は献立検討会です。園長、主任保育士、調理員、栄養士で、クラスの様子や食具合等について話し合います。	牛乳 カルシウムせんべい ポークカレー マロニーサラダ 果物	じゃがいも、小麦粉、油 マロニー、ごま油、きび砂糖	牛乳 豚肉、バター、牛乳 ハム	カルシウムせんべい カレー、ケチャップ、しょうゆ、ソース、コンソメ、カレー粉 酢、食塩	
14水		14日ジョア、ビスケット 30日牛乳、よもぎだんご	白玉粉、きび砂糖、片栗粉	ジョア 絹ごし豆腐	よもぎ	ビスケット しょうゆ	
30金		牛乳 野菜バー 混ぜごはん 魚の味噌チーズ焼き ミニトマト 果物 はちくのみそ汁 ヨーグルト	米 きび砂糖	鶏もも肉 銀鮭、とろけるチーズ、味噌 味噌	にんじん、ごぼう、干しいたけ ミニトマト メロン たけのこ、にんじん、ねぎ、わかめ	野菜バー しょうゆ(うすくち)、酒、本みりん、しょうゆ、食塩 本みりん、酒 煮干し	
16金	季節の献立の日			ヨーグルト(加糖)			

16日(金) 季節の献立の日  
29日(木) 誕生日会  
白ごはんはいりません  
白ごはんはいりません

\* 献立は変更になる場合があります

