

平成30年度

6月給食献立表



桜堤保育園

日曜	おひる	主な材料	午後のおやつ	主な材料
1 金	ごはん 豆腐ハンバーグ 切干大根の煮物 ナスと水菜の味噌汁	七分つき米 あわ 豆腐 豚ひき肉 玉葱 油 米パン粉 豆乳 塩 油 ケチャップ ウスターソース 切干大根 油揚げ 干し椎茸 人参 洗糖 醤油 なす 水菜 味噌	幼児 ポテトブレッド 牛乳 メロン 乳児 ポテトブレッド トマトスープ メロン	じゃが芋 薄力粉 ベーキングパウダー 洗糖 塩 バター フレーンヨーグルト 牛乳 バルメザンチーズ トマト 玉葱 さやいんげん
2 土	ハムチャーハン マーボー春雨 玉葱と人参のスープ	七分つき米 ハム さやいんげん 葱 干し椎茸 油 醤油 豚ひき肉 醤油 酒 生姜 春雨 葱 キャベツ 人参 酒 洗糖 醤油 ごま油 片栗粉 人参 玉葱 鶏肉 塩	幼児 市販菓子 市販ジュース 乳児 市販菓子 市販ジュース	
4 月	ゆかりごはん ひりゅうず 小松菜とじゃこの煮びたし 南瓜とオクラの味噌汁	七分つき米 きび ゆかり 豆腐 人参 葱 さやいんげん 干し椎茸 ひじき やまいも 洗糖 塩 酒 米粉 小松菜 もやし ちりめんじゃこ 洗糖 醤油 南瓜 オクラ 味噌	幼児 五目鶏めし ヨーグルト 麦茶 乳児 五目鶏めし ヨーグルト 白菜の味噌汁	七分つき米 鶏肉 酒 人参 油揚げ 昆布 醤油 酒 塩 白菜 人参 味噌
5 火	ささみとなめこの冷やしうどん じゃが芋きんぴら 市販ゼリー	乾麺 なめこ 醤油 みりん 生わかめ 鶏肉ささ身 葱 醤油 みりん 豚肉 じゃが芋 人参 ごま油 洗糖 醤油	幼児 ナン付きカレー (3歳:ドライカレー) 麦茶 乳児 ドライカレー ほうれん草のすまし汁	ナン (1~3歳:七分つき米 塩 カレー粉) 豚ひき肉 玉葱 人参 油 ケチャップ ウスターソース カレールウ) ほうれん草 えのき 醤油
6 水	ブルコギ丼 人参しりしり わかめ中華スープ しか 栄養の話	七分つき米 きび 豚肉 酒 醤油 みりん 洗糖 葱 油 人参 もやし ツナ缶 かつお節 油 醤油 洗糖 酒 鶏ささ身 酒 片栗粉 わかめ 豆腐 ごま油 塩 醤油	幼児 ポテトチーズ焼き 煮干し 牛乳 乳児 ポテトチーズ焼き 煮干し (2歳) キャベツスープ	じゃが芋 バター 塩 粉チーズ 煮干し キャベツ 人参 塩
7 木	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ナムル 豆腐ともずくの味噌汁	七分つき米 きび 鶏肉 生姜 醤油 みりん 洗糖 酢 ほうれん草 人参 もやし ごま油 洗糖 醤油 豆腐 もずく ねぎ 味噌	幼児 玄米フレーク入りクッキー 牛乳 メロン 乳児 玄米フレーク入りクッキー メロン キャベツスープ	バター マーガリン 洗糖 薄力粉 玄米フレーク 粉チーズ 玉葱 キャベツ 塩
8 金	じゃこふりかけごはん かじきの玉葱ソースかけ 野菜炒め 貝だくさん味噌汁	七分つき米 きび ちりめんじゃこ 洗糖 みりん 醤油 油 膏のり かじき 酒 塩 玉葱 洗糖 酢 醤油 キャベツ 人参 玉葱 ベーコン オリーブ油 塩 大根 ごぼう 油揚げ 人参 味噌	幼児 いちごジャムサンド 牛乳 乳児 いちごジャムサンド 小松菜のすまし汁	食パン いちごジャム 小松菜 えのきたけ 醤油 塩
★試食会				
9 土	ケチャップライス じゃが芋のカレー煮 わかめと長ねぎのすまし汁	七分つき米 ケチャップ 鶏肉 玉葱 エリンギ グリンピース 油 ケチャップ 塩 豚ひき肉 じゃが芋 人参 玉葱 さやいんげん にんにく カレールウ 塩 油 若布 葱 醤油 塩	幼児 市販菓子 市販ジュース 乳児 市販菓子 市販ジュース	
11 月	大豆ごはん 鶏肉の塩こうじ焼き 野菜のうま煮 豆腐とかぶの味噌汁	七分つき米 炒り大豆 醤油 酒 鶏肉 塩こうじ 豚肉 ごぼう 人参 板こんにゃく さやいんげん じゃが芋 油 醤油 洗糖 みりん 豆腐 かぶ 味噌	幼児 豆腐ドーナツ 牛乳 メロン 乳児 豆腐ドーナツ メロン 人参と玉葱のスープ	薄力粉 ベーキングパウダー 上白糖 絹ごし豆腐 粉チーズ 人参 ベーコン 玉葱 塩
12 火	ロールパン ポークビーンズ ひじきサラダ パンプキンスープ しか リす	大豆 豚ひき肉 じゃが芋 玉葱 人参 オリーブ油 トマトピューレ 洗糖 塩 ひじき もやし きゅうり 人参 洗糖 塩 酢 醤油 ベーコン 玉葱 南瓜 油 バター 薄力粉 牛乳 塩	幼児 梅としらすのチャーハン 麦茶 そら豆の塩湯で 乳児 梅としらすのチャーハン そら豆の塩湯で 大根の味噌汁	七分つき米 梅干し しらす干し 葱 チンゲン菜 ごま油 塩 醤油 そら豆 大根 小松菜 味噌
13 水	ナスとトマトのカレーライス (乳児:豆乳カレー) きゅうりと春雨の甘酢煮 チーズ しか	七分つき米 鶏肉 酒 なす トマト アスパラガス じゃが芋 玉葱 人参 にんにく りんご カレールウ 豆乳 油 (薄力粉 バター 豆乳 カレールウ 塩) もやし きゅうり 春雨 ハム 洗糖 塩 酢 醤油	幼児 スイートパンプキン 牛乳 市販せんべい 乳児 スイートパンプキン 市販せんべい 人参と玉葱のスープ	南瓜 上白糖 人参 玉葱 塩
14 木	そら豆ごはん 白身魚のサクサク揚げ うの花煮 なめことらの味噌汁 くま はし指導	七分つき米 もち米 塩 そら豆 まだい 酒 塩 米粉 ベーキングパウダー 油 おから 豚ひき肉 人参 油揚げ ごぼう 干し椎茸 小松菜 油 醤油 みりん 洗糖 なめこ 玉葱 なら 味噌	幼児 豚バラもやしフォー メロン 乳児 豚バラもやしフォー メロン	米粉 豚バラ もやし キャベツ 小葱 にんにく 塩 醤油 ごま油
15 金	チキンライス トマトとポテトの重ね煮 和風ポトフ しか くま	七分つき米 ケチャップ 鶏肉 玉葱 エリンギ グリンピース 油 ケチャップ 塩 じゃが芋 トマト 玉葱 ベーコン 牛乳 バター 塩 豚肉 酒 かぶ 人参 玉葱 キャベツ 塩	幼児 ツナマヨラスク 麦茶 メロン 乳児 ツナマヨラスク メロン 豆腐と若布のすまし汁	食パン マヨネーズ (卵不使用) ツナ缶 豆腐 若布 醤油 塩
16 土	ごはん 鶏肉のオレンジ煮 ほうれん草ソテー 豚肉と野菜のスープ	七分つき米 鶏肉 マーメレードジャム にんにく 生姜 醤油 ほうれん草 もやし 塩 豚肉 酒 じゃが芋 人参 キャベツ 塩	幼児 市販菓子 市販ジュース 乳児 市販菓子 市販ジュース	

18月	ゆかりごはん ひりゅうず 小松菜とじゃこの煮びたし 南瓜とオクラの味噌汁	七分つき米 きび ゆかり 豆腐 人参 葱 さやいんげん 干し椎茸 ひじき やまいも 洗糖 塩 酒 米粉 小松菜 もやし ちりめんじゃこ 洗糖 醤油 南瓜 オクラ 味噌	幼児 五目鶏めし ヨーグルト 麦茶	七分つき米 鶏肉 酒 人参 油揚げ 昆布 醤油
19火	トマト入り冷やしうどん さつま芋と昆布の煮物 市販ゼリー	乾麺 若布 もやし 小松菜 油揚げ トマト 醤油 みりん さつま芋 刻み 昆布 洗糖 醤油 みりん	幼児 ふかし芋 みかんジュース 煮干しチップ ※雨天時：菓子の盛り合わせ	じゃが芋 塩 煮干し 洗糖 醤油 ほうれん草 えのきたけ 醤油 塩
20水	ブルコギ丼 人参しりしり わかめの中華スープ	七分つき米 きび 豚肉 酒 醤油 みりん 洗糖 葱 油 人参 もやし ツ ナ缶 かつお節 油 醤油 洗糖 酒 鶏ささ身 酒 片栗粉 わかめ 豆腐 ごま油 塩 醤油	幼児 ポテトチーズ焼き 煮干し 牛乳	じゃが芋 バター 塩 粉チーズ 煮干し キャベツ 人参 塩
21木	ごはん じゃが芋の甘辛さん ナムル 豆腐ともずくのすまし汁	七分つき米 きび じゃが芋 鶏肉 片栗粉 油 醤油 洗糖 みりん 酒 ほうれん草 人参 もやし ごま油 洗糖 醤油 豆腐 もずく ねぎ 醤油 塩	幼児 ポテトチーズ焼き 煮干し (2歳) キャベツスープ	バター 洗糖 薄力粉 玄米フレーク 粉糖 玉葱 キャベツ 塩
22金	じゃこふりかけごはん かじきの玉葱ソースがけ 野菜炒め 貝だくさん味噌汁	七分つき米 きび ちりめんじゃこ 洗糖 みりん 醤油 油 青のり かじき 酒 塩 玉葱 洗糖 酢 醤油 キャベツ 人参 玉葱 ベーコン オリーブ油 塩 大根 ごぼう 油揚げ 人参 味噌	幼児 いちごジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム 小松菜 えのきたけ 醤油 塩
23土	ケチャップライス じゃが芋のカレー煮 わかめと長ねぎのすまし汁	七分つき米 ケチャップ 鶏肉 玉葱 エリンギ グリンピース 油 ケチャップ 塩 豚ひき肉 じゃが芋 人参 玉葱 さやいんげん にんにく カレー粉 塩 油 若布 葱 醤油 塩	幼児 市販菓子 市販ジュース	市販菓子 市販ジュース
25月	大豆ごはん 鶏肉の塩こうじ焼き 野菜のうま煮 豆腐とかぶの味噌汁	七分つき米 炒り大豆 醤油 酒 鶏肉 塩こうじ 豚肉 ごぼう 人参 板こんにゃく さやいんげん じゃが芋 油 醤油 洗糖 みりん 豆腐 かぶ 味噌	幼児 豆腐ドーナツ 牛乳 メロン	薄力粉 ベーキングパウダー 上白糖 絹ごし豆腐 粉糖 人参 ベーコン 玉葱 塩
26火	ロールパン ポークビーンズ ひじきサラダ パンプキンスープ	大豆 豚ひき肉 じゃが芋 玉葱 人参 オリーブ油 トマトピューレ 洗糖 塩 ひじき もやし きゅうり 人参 洗糖 塩 酢 醤油 ベーコン 玉葱 南瓜 油 バター 薄力粉 牛乳 塩	幼児 梅としらすのチャーハン 麦茶 そら豆の塩湯で	七分つき米 梅干し しらす干し 葱 チンゲン菜 ごま油 塩 醤油 そら豆 大根 小松菜 味噌
27水	ナスとトマトのカレーライス (乳児：豆乳カレー) きゅうりと春雨の甘酢煮 チーズ	七分つき米 鶏肉 酒 なす トマト アスパラガス じゃが芋 玉葱 人参 にんにく りんご カレールウ 豆乳 油 (薄力粉 バター 豆乳 カレールウ 塩) もやし きゅうり 春雨 ハム 洗糖 塩 酢 醤油	幼児 スイートパンプキン 牛乳 市販せんべい	南瓜 上白糖 人参 玉葱 塩
28木	そら豆ごはん 白身魚のサクサク揚げ うの花煮 なめことらの味噌汁	七分つき米 もち米 塩 そら豆 まだい 酒 塩 米粉 ベーキングパウダー 油 おから 豚ひき肉 人参 油揚げ ごぼう 干し椎茸 小松菜 油 醤油 みりん 洗糖 なめこ 玉葱 なら 味噌	幼児 豚バラもやしフォー メロン	米粉 豚バラ もやし キャベツ 小葱 にんにく 塩 醤油 ごま油
29金	チキンライス トマトとポテトの重ね煮 和風ポトフ	七分つき米 ケチャップ 鶏肉 玉葱 エリンギ グリンピース 油 ケチャップ 塩 じゃが芋 トマト 玉葱 ベーコン 牛乳 バター 塩 豚肉 酒 かぶ 人参 玉葱 キャベツ 塩	幼児 ツナマヨラスク 麦茶 メロン	食パン マヨネーズ (卵不使用) ツナ缶 豆腐 若布 醤油 塩
30土	ごはん 鶏肉のオレンジ煮 ほうれん草ソテー 豚肉と野菜のスープ	七分つき米 鶏肉 マーメイドジャム にんにく 生姜 醤油 ほうれん草 もやし 塩 油 豚肉 酒 じゃが芋 人参 キャベツ 塩	幼児 市販ゼリー 市販ジュース	市販ゼリー 市販ジュース

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	塩分	食物繊維
1. 2才	515kal	18.9g	14.2g	189mg	2.3g	170μgRE	0.29mg	0.22mg	18mg	2.4g	3.9g
3. 4. 5才	576kal	21.2g	15.0g	161mg	2.6g	171μgRE	0.33mg	0.21mg	22mg	2.6g	4.6g

【6月の献立のねらい】

- 1 食品の種類と料理を増やしていきます。
- ※食中毒の発生しやすい時期なので食品の取り扱いに注意します。

【出盛り材料】

- 魚 ……まあじ まぐろ まいわし
- 緑黄食野菜…かぼちゃ トマト さやえんどう さやいんげん チンゲン菜
- 淡色野菜…きゅうり グリンピース 玉葱 アスパラガス 空豆
- 芋類……じゃが芋
- 果物…メロン

お手伝いマーク

- じゃが芋洗い
- 人参皮むき
- 空豆さやだし
- グリンピースさやだし

6月8日(金) 給食の試食会があります!

場所:事務室 時間:16:00~
お迎えの前に事務室にお立ち寄りください★

