



# 6月の予定献立表



2020年度

育暎保育園

日	曜	乳児 午前のおやつ	昼食の献立	午後のおやつ	熱量 (乳児) 幼児	主に使う食品
1	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 肉じゃが ちくわ磯辺揚げ 変わり納豆 みそ汁	牛乳 菓子	<452> 648	豚肉 じゃがいも 納豆 豆腐 たまねぎ にんじん
2	火	牛乳 グレープフルーツ	バターロール マカロニグラタン スープ きゃべつとコーンのソテー スティックサラダ	牛乳 おほかおにぎり	<505> 622	鶏肉 たまねぎ にんじん きゅうり きゃべつ
3	水	麦茶 ヨーグルト	ごはん 親子煮 いんげんの煮びたし もやしの磯和え みそ汁	牛乳 おからドーナツ	<428> 570	鶏肉 卵 もやし きゅうり いんげん なす たまねぎ
4	木	牛乳 ウエハース	ごはん きれいの煮つけ 切干だいこんの煮物 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁	牛乳 ちんすこう	<529> 607	きれい にんじん ごぼう ほうれんそう きゃべつ
5	金	牛乳 バナナ	麦飯 ポークカレー ブロッコリーのゴマドレ和え 黄桃 スープ	牛乳 おふラスク(きな粉)	<629> 567	豚肉 じゃがいも にんじん ブロッコリー こまつな
6	土	麦茶 ヨーグルト	ツナスパゲティ スープ	牛乳 おやつパン	<384> 548	ツナ たまねぎ きゃべつ いんげん にんじん
8	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 豚肉と野菜のうま煮 うずら卵の煮物 きゃべつのおほか和え みそ汁	牛乳 バターサブレ	<438> 592	豚肉 うずら卵 たけのこ たまねぎ きゃべつ
9	火	牛乳 オレンジ	バターロール 鶏肉のケチャップ煮 みどり芋 春雨サラダ スープ	牛乳 わかめおにぎり	<494> 611	鶏肉 じゃがいも たまねぎ ピーマン もやし きゅうり
10	水	麦茶 ヨーグルト	ごはん マーボー豆腐 さつま芋の甘煮 こまつなのナムル みそ汁	牛乳 せんべい あじさいゼリー	<464> 619	豚ひき肉 豆腐 さつまいも ねぎ なら こまつな
11	木	牛乳 ビスコ	ごはん さけのパン粉焼き きんぴらごぼう かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁	牛乳 ジャムマーガリンサンド	<518> 615	さけ 鶏ひき肉 ごぼう かぼちゃ 長ねぎ にんじん
12	金	牛乳 グレープフルーツ	ごはん 鶏肉の照り焼き ひじきとツナの煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁	牛乳 菓子	<463> 549	鶏肉 ツナ 大豆 ねぎ ほうれんそう もやし
13	土	麦茶 ヨーグルト	あんかけうどん オレンジ	牛乳 おやつパン	<400> 545	豚肉 たまねぎ こまつな にんじん オレンジ
15	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 肉じゃが ちくわ磯辺揚げ 変わり納豆 みそ汁	牛乳 菓子	<452> 648	豚肉 じゃがいも 納豆 豆腐 たまねぎ にんじん
16	火	牛乳 バナナ	レーズンロール マカロニグラタン スープ きゃべつとコーンのソテー スティックサラダ	牛乳 そばめし	<522> 612	鶏肉 たまねぎ にんじん きゅうり きゃべつ
17	水	麦茶 ヨーグルト	ごはん 親子煮 いんげんの煮びたし もやしの磯和え みそ汁	牛乳 ミロ蒸しパン	<438> 584	鶏肉 卵 もやし きゅうり いんげん なす たまねぎ
18	木	牛乳 ウエハース	ごはん きれいの煮つけ 切干だいこんの煮物 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁	牛乳 チーズクッキー	<492> 619	きれい にんじん ごぼう ほうれんそう きゃべつ
19	金	牛乳 オレンジ	麦飯 ポークカレー ブロッコリーのゴマドレ和え 黄桃 スープ	牛乳 揚げバナナあんパイ	<539> 611	豚肉 じゃがいも にんじん ブロッコリー こまつな
20	土	麦茶 ヨーグルト	ミートソーススパゲティ スープ	牛乳 おやつパン	<422> 569	豚ひき肉 たまねぎ しめじ ピーマン もやし にんじん
22	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 豚肉と野菜のうま煮 うずら卵の煮物 きゃべつのおほか和え みそ汁	牛乳 おからブラウニー	<348> 589	豚肉 うずら卵 たけのこ たまねぎ きゃべつ
23	火	牛乳 グレープフルーツ	バターロール 鶏肉のケチャップ煮 みどり芋 春雨サラダ スープ	牛乳 枝豆塩こんぶおにぎり	<499> 620	鶏肉 じゃがいも たまねぎ ピーマン もやし きゅうり
24	水	牛乳 ビスコ	かえるライス ミートボール ブロッコリーサラダ オレンジ スープ	リンゴジュース ヨーグルトケーキ	<454> 607	豚ひき肉 たまねぎ にんじん ブロッコリー きゃべつ
25	木	麦茶 ヨーグルト	ごはん さけのパン粉焼き きんぴらごぼう かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁	牛乳 菓子	<518> 577	さけ 鶏ひき肉 ごぼう かぼちゃ 長ねぎ にんじん
26	金	牛乳 バナナ	ごはん 鶏肉の照り焼き ひじきとツナの煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁	牛乳 メロンパントースト	<520> 609	鶏肉 ツナ 大豆 ねぎ ほうれんそう もやし
27	土	麦茶 ヨーグルト	きつねうどん グレープフルーツ	牛乳 おやつパン	<380> 534	豚ひき肉 ほうれんそう にんじん グレープフルーツ
29	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 豚肉ときゃべつのみそ炒め 高野豆腐の揚げ煮 きゅうりのツナ和え すまし汁	牛乳 菓子	<500> 639	豚肉 きゃべつ たまねぎ なす きゅうり たけのこ
30	火	牛乳 オレンジ	ごはん マーボー豆腐 さつま芋の甘煮 こまつなのナムル みそ汁	牛乳 クラッカー	<477> 662	豚ひき肉 豆腐 さつまいも ねぎ なら こまつな



- 1 はな・そら組の昼食には、軟飯が出ます。
- 2 行事や材料購入の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。





日	曜	昼食の献立	3時のおやつ
1	月	おかゆ 肉じゃが 納豆和え みそ汁	ビスケット ミルク
2	火	パン粥 マカロニグラタン きゃべつの煮びたし スープ	ウエハース ミルク
3	水	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 もやしの煮びたし みそ汁	せんべい ミルク
4	木	おかゆ かれいの煮つけ ほうれん草のお浸し みそ汁	ビスケット ミルク
5	金	おかゆ ミルクシチュー ブロッコリーの煮びたし スープ	ウエハース ミルク
6	土	やわらかスパゲティ スープ	せんべい ミルク
8	月	おかゆ 豚肉と野菜の煮物 きゃべつのお浸し みそ汁	ビスケット ミルク
9	火	パン粥 鶏肉と野菜のケチャップ煮 粉ふき芋 スープ	ウエハース ミルク
10	水	おかゆ 豚肉と豆腐の煮物 こまつなのお浸し みそ汁	せんべい ミルク
11	木	おかゆ 白身魚の煮つけ かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁	ビスケット ミルク
12	金	おかゆ 鶏肉の照り煮 ほうれん草のお浸し みそ汁	ウエハース ミルク
13	土	煮込みうどん オレンジ	せんべい ミルク
15	月	おかゆ 肉じゃが 納豆和え みそ汁	ビスケット ミルク
16	火	パン粥 マカロニグラタン こまつなのお浸し スープ	ウエハース ミルク
17	水	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 もやしの煮びたし みそ汁	せんべい ミルク
18	木	おかゆ かれいの煮つけ ほうれん草のお浸し みそ汁	ビスケット ミルク
19	金	おかゆ ミルクシチュー ブロッコリーの煮びたし スープ	ウエハース ミルク
20	土	やわらかスパゲティ スープ	せんべい ミルク
22	月	おかゆ 豚肉と野菜の煮物 きゃべつのお浸し みそ汁	ビスケット ミルク
23	火	パン粥 鶏肉と野菜のケチャップ煮 粉ふき芋 スープ	ウエハース ミルク
24	水	おかゆ ミートボール(豚肉と野菜の煮物) ブロッコリー煮 スープ	せんべい ミルク
25	木	おかゆ 白身魚の煮つけ かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁	ビスケット ミルク
26	金	おかゆ 鶏肉の照り煮 ほうれん草のお浸し みそ汁	ウエハース ミルク
27	土	煮込みうどん オレンジ	せんべい ミルク
29	月	おかゆ 豚肉と野菜のみそ煮 きゅうりのツナ和え すまし汁	ビスケット ミルク
30	火	おかゆ 豚肉と豆腐の煮物 こまつなのお浸し みそ汁	ウエハース ミルク

1 昼食(月～金)には、おかゆ又は軟飯が出ます。

2 月齢により、おやつの内容が変わります。

3 行事や材料購入の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

