令和4年度

6月の予定献立表

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 幼児〈乳児〉	主に使う食品
1	水	麦茶 ヨーグルト	ご飯　ワンタンスープ(玉葱、人参、長葱)　チャプチェ チンゲン菜のツナマヨ和え　バナナ	牛乳 ココア蒸しパン	608 〈470〉	豚肉 春雨 玉葱 人参 たけのこ
2	木	牛乳 オレンジ	ご飯　みそ汁(大根、万葱)　鶏肉のごまみそ焼き カレージャーマン　小松菜のお浸し	牛乳 スコーン	634 〈527〉	鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 ピーマン
3	金	牛乳 ウエハース	ご飯　みそ汁(なめこ、豆腐)　豚肉と茄子の甘辛炒め 土佐煮　キャベツの塩昆布和え	牛乳 お菓子	527 〈472〉	豚肉 茄子 玉葱 豆腐 キャベツ
4	土	麦茶 ヨーグルト	肉みそうどん オレンジ	牛乳 おやつパン	548 〈408〉	豚ひき肉 玉葱 人参 たけのこ
6	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯　みそ汁(さつま芋、玉葱)　鶏肉のアップルジンジャー ひじきの煮物　おくらのおかか和え	牛乳 フルーツポンチ	495 〈396〉	鶏肉 玉葱 おくら さつま芋 人参
7	火	牛乳 バナナ	バターロール スープ(キャベツ、玉葱、人参) ポークビーンズ ブロッコリーとコーンのソテー　スパゲティサラダ	牛乳 鶏そぼろおにぎり	629 〈529〉	豚ひき肉 玉葱 ブロッコリー 人参
8	水	麦茶 ヨーグルト	麦飯　スープ(小松菜、コーン、キャベツ)　チキンカレー ころころきゅうり　パイナップル	牛乳 お麩ラスク(しょう油)	638 〈490〉	鶏肉 玉葱 人参 小松菜 コーン
9	木	牛乳 ビスコ	ご飯　みそ汁(切干大根、玉葱、油揚げ)　鮭のみそマヨ焼き 変わり納豆　キャベツのなめ茸和え	牛乳 お菓子	566 〈493〉	鮭 納豆 ほうれん草 人参 切干大根
10	金	牛乳 グレープフルーツ	ご飯　わかめスープ　麻婆豆腐　みどり芋 ほうれん草のナムル	牛乳 いちごジャムサンド	596 〈476〉	豚ひき肉 豆腐 長葱 じゃが芋
11	土	麦茶 ヨーグルト	みそラーメン バナナ	牛乳 おやつパン	593 〈445〉	豚ひき肉 もやし コーン にら
13	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(茄子、小松菜、えのき) 豚肉と白滝の生姜焼き れんこんとさつま揚げの炒め煮 ブロッコリーのごまドレサラダ	牛乳 ツナマヨふわふわ焼き	635 〈501〉	豚肉 れんこん ブロッコリー 人参
14	火	牛乳 オレンジ	わかめご飯 みそ汁(キャベツ、玉葱、人参) かじきの竜田揚げ 里芋のそぼろ煮　きゅうりのゆかり和え	牛乳 お菓子	574 〈486〉	かじき 里芋 人参 きゅうり キャベツ
15	水	麦茶 ヨーグルト	タコライス　スープ(春雨、豆腐、もやし、にら、長葱) ちくわの磯辺揚げ　バナナ	りんごジュース あじさいゼリー	589 〈446〉	豚ひき肉 玉葱 ちくわ キャベツ
16	木	牛乳 バナナ	ご飯　みそ汁(大根、万葱)　鶏肉のごまみそ焼き カレージャーマン　小松菜のお浸し	牛乳 アメリカンドック	608 〈524〉	鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 ピーマン
17	金	牛乳 ウエハース	ご飯　みそ汁(なめこ、豆腐)　豚肉と茄子の甘辛炒め 土佐煮　キャベツの塩昆布和え	牛乳 お菓子	511 〈460〉	豚肉 茄子 玉葱 豆腐 キャベツ
18	土	麦茶 ヨーグルト	きつねうどん りんご	牛乳 おやつパン	566 〈421〉	鶏肉 油あげ ほうれん草 長葱
20	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯　みそ汁(さつま芋、玉葱)　鶏肉のアップルジンジャー ひじきの煮物　おくらのおかか和え	牛乳 きな粉クッキー	633 〈489〉	鶏肉 玉葱 おくら さつま芋 人参
21	火	牛乳 オレンジ	バターロール スープ(キャベツ、玉葱、人参) ポークビーンズ ブロッコリーとコーンのソテー　スパゲティサラダ	牛乳 じゃが丸くん	614 〈478〉	豚ひき肉 玉葱 ブロッコリー 人参
22	水	牛乳 ビスコ	ご飯　みそ汁(切干大根、玉葱、油揚げ)　鮭のみそマヨ焼き 変わり納豆　キャベツのなめ茸和え	牛乳 おやつパン	578 〈485〉	鮭 納豆 ほうれん草 人参 切干大根
23	木	麦茶 ヨーグルト	麦飯　スープ(小松菜、コーン、キャベツ)　チキンカレー ころころきゅうり　パイナップル	牛乳 お菓子	596 〈458〉	鶏肉 玉葱 人参 小松菜 コーン
24	金	牛乳 グレープフルーツ	ご飯　わかめスープ　麻婆豆腐　みどり芋 ほうれん草のナムル	牛乳 おからホットケーキ	623 〈519〉	豚ひき肉 豆腐 長葱 じゃが芋
25	土	麦茶 ヨーグルト	トマトとツナのスパゲティー スープ(キャベツ、コーン、玉葱)	牛乳 おやつパン	592 〈443〉	トマト 玉葱 おくら コーン ツナ
27	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(茄子、小松菜、えのき) 豚肉と白滝の生姜焼き れんこんとさつま揚げの炒め煮 ブロッコリーのごまドレサラダ	牛乳 ポンデケージョ	626 〈498〉	豚肉 れんこん ブロッコリー 人参
28	火	牛乳 バナナ	わかめご飯 みそ汁(キャベツ、玉葱、人参) かじきの竜田揚げ 里芋のそぼろ煮　きゅうりのゆかり和え	牛乳 お菓子	574 〈501〉	かじき 里芋 人参 きゅうり キャベツ
29	水	牛乳 オレンジ	ご飯 みそ汁(小松菜、白菜、もやし) 鶏肉の野菜あんかけ 高野豆腐の含め煮　ポテトサラダ	牛乳 みたらし団子	611 〈536〉	鶏肉 玉葱 人参 高野豆腐 じゃが芋
30	木	麦茶 ヨーグルト	ご飯　ワンタンスープ(玉葱、人参、長葱)　チャプチェ チンゲン菜のツナマヨ和え　バナナ	牛乳 しらすトースト	689 〈496〉	豚肉 春雨 玉葱 人参 たけのこ

※満1歳でごま、卵、牛乳を開始します

※献立は食材の都合により変更する場合がありますのでご了承ください