

# 2017年6月 献立表

# かんのん町保育園



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			
				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	
1	木	ごはん チンジャオロースー 春雨の酢の物 味噌汁 くだもの	冷やしたぬき 牛乳	米、ごま油、春雨 乾麺、揚げ玉 油 砂糖、かたくり粉	豚小間肉、絹豆腐 味噌、油揚げ 牛乳	ピーマン、にんじん たけのこ、わかめ きゅうり、みかん缶	しょう油、酒 塩、酢 だし汁
2	金	肉味噌丼 マカロニサラダ 清汁 くだもの	はちみつきなこ蒸しパン 牛乳	米、油、麩 砂糖、かたくり粉 マカロニ、マヨネーズ ホットケーキミックス はちみつ	豚挽肉 豆乳、きなこ 牛乳 味噌	にんじん、しめじ たまねぎ、いんげん きゅうり、ホールコーン ほうれん草	酒、しょう油 水、塩 だし汁
3	土	ごはん 生揚げのケチャップ炒め にらのおひたし 味噌汁 くだもの	ゼリー、クラッカー 牛乳	米、砂糖 油 クラッカー	厚揚げ、豚小間肉 かつおぶし、油揚げ 味噌 牛乳	たまねぎ、ピーマン、にんじん にら、ほうれん草、もやし 大根 粉寒天 ぶどうジュース	水、塩 だし汁、しょう油 酢、ケチャップ
4	日						
5	月	ジャムサンド 鶏肉のチーズ焼き ひじきの胡麻和え キャベツスープ くだもの	骨太チャーハン 牛乳	食パン 白ごま、米 油、砂糖 いちごジャム	鶏もも肉、ピザ用チーズ しらす 牛乳	ひじき、もやし、ほうれん草 にんじん、キャベツ たまねぎ、長ねぎ	塩、こしょう しょう油 コンソメ、水
6	火	ごはん かれない西京焼き きんぴらごぼう 清汁 くだもの	揚げパン 牛乳	米、油 砂糖 バターロール	かれい、味噌 豚小間肉、絹豆腐 きなこ 牛乳	にんじん、ごぼう、こんにやく 絹さや、長ねぎ	酒、みりん しょう油、塩 だし汁
7	水	なすと豚挽き肉のカレー シルバーサラダ くだもの	そらまめ、アンパンマンせんべい 牛乳	米、小麦粉 はるさめ、マヨネーズ バター、油 アンパンマンせんべい	豚挽肉 牛乳	なす、にんじん、たまねぎ きゅうり、ホールコーン そらまめ	カレー粉、水 コンソメ、ケチャップ 中濃ソース、塩
8	木	ごはん 豆腐のミートローフ 切干大根の煮物 味噌汁 くだもの	まぜごはん 牛乳	米、油 パン粉、砂糖	木綿豆腐、豚挽肉 味噌、油揚げ ツナ缶 牛乳	たまねぎ、切干大根 にんじん、大根、わかめ しめじ ひじき	塩、こしょう みりん、しょう油 だし汁 ケチャップ 酒
9	金	ジャージャー麺 キャベツとささみのサラダ くだもの	あじさい寒天 牛乳	焼きそば麺、砂糖 かたくり粉 油 白ごま	豚挽肉、鶏ささみ 味噌 牛乳	たまねぎ、にんじん、パプリカ 長ねぎ、しょうが汁 キャベツ、きゅうり りんごジュース、ぶどうジュース 粉寒天	しょう油、酒 だし汁 酢、水
10	土	ごはん 炒り豆腐 かぼちゃの含め煮 味噌汁 くだもの	ホットケーキ 牛乳	米、砂糖 油 ホットケーキミックス	豚挽肉、味噌 木綿豆腐 牛乳 豆乳	にんじん、たまねぎ、しいたけ ほうれん草、ホールコーン キャベツ かぼちゃ	しょう油、塩 だし汁
11	日						
12	月	ごはん 豚肉のしょうが焼き おかひじきのサラダ 味噌汁 くだもの	ナポリタン 牛乳	米、砂糖 油 スパゲティ	豚小間肉、絹豆腐 味噌 牛乳	たまねぎ、にんじん、しょうが ピーマン、おかひじき きゅうり、ホールコーン なす マッシュルーム	しょう油、酒 酢、塩 だし汁 ケチャップ
13	火	肉うどん 鮭の塩麹焼き 白和え くだもの	ひじきごはん 牛乳	乾麺、砂糖 白ごま、油 米	豚小間肉、ちくわ 木綿豆腐、味噌 油揚げ 牛乳 鮭	にんじん、たまねぎ ほうれん草 ひじき	しょう油、みりん 塩、だし汁 塩麹 酒
14	水	ごはん 鶏肉のねぎ味噌焼き 春雨の中華炒め 清汁 くだもの	サーターアンダギー 牛乳	米、砂糖、油、麩 春雨、ごま油 小麦粉、黒砂糖	鶏もも肉、味噌 豆乳 牛乳	長ねぎ、ほうれん草 たまねぎ、にんじん、しめじ わかめ	しょう油、みりん 塩、だし汁 水、ベーキングパウダー
15	木	ロールパン じゃがいものカレーチーズ焼き ツナサラダ コンソメスープ くだもの	中華蒸しおこわ 牛乳	バターロール 油、じゃがいも 米、もち米 砂糖	豚挽肉、ピザ用チーズ 豆乳 ツナ缶 牛乳	たまねぎ、キャベツ、きゅうり ホールコーン、白菜、にんじん しめじ、甘露栗 パセリ	塩、カレー粉 酢、しょう油 コンソメ、水 酒
16	金	かやくごはん ハンバーグ もやしサラダ(お誕生日会) 味噌汁 くだもの	フルーツケーキ お茶	米、油 パン粉、砂糖 小麦粉 白ごま	豚挽肉、豆乳 絹豆腐 牛乳(乳児のみ) 味噌	たまねぎ、もやし、にんじん きゅうり、なめこ パイン缶、みかん缶	水、塩 ケチャップ 酢、しょう油 だし汁 ベーキングパウダー

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			
				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
17	土	ごはん 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ 味噌汁 くだもの	蒸しパン 牛乳	米、油、小麦粉 じゃがいも、マヨネーズ ホットケーキミックス マーマレードジャム 砂糖	鶏もも肉、味噌 豆乳 牛乳	にんじん、きゅうり、こまつな 切干大根	しょう油 みりん 塩 だし汁
18	日						
19	月	ジャムパン ポークチャップ ブロッコリーサラダ 豆乳スープ くだもの	手作りふりかけごはん 牛乳	食パン 油 じゃがいも 米、ごま油、白ごま いちごジャム	豚小間肉、豆乳 ちりめん、かつお節 牛乳	たまねぎ、マッシュルーム ブロッコリー、カリフラワー にんじん あおのり	塩、ケチャップ ウスターソース、コンソメ 水、酢、しょう油
20	火	ごはん かじき竜田揚げ ひじきサラダ 味噌汁 くだもの	じゃがいももち 牛乳	米、油、かたくり粉 じゃがいも、マヨネーズ 砂糖	かじき、絹豆腐 味噌 牛乳	ひじき、にんじん、きゅうり ホールコーン、ほうれん草 しょうが汁	しょう油、塩 酢 だし汁
21	水	チキンカレー 切り干し大根の和えもの くだもの	オレンジゼリー、クラッカー 牛乳	米、油、小麦粉 砂糖、バター 白ごま じゃがいも クラッカー	豚小間肉 牛乳	たまねぎ、にんじん 切干大根、きゅうり もやし オレンジジュース 粉寒天	カレー粉、水 コンソメ、ケチャップ 中濃ソース、塩 酢、しょう油
22	木	ごはん なすと豚肉の味噌炒め 拌三絲 清汁 くだもの	焼きそば 牛乳	米、油 春雨、ごま油 焼きそば麺 砂糖	豚小間肉、ちくわ 味噌 牛乳	なす、キャベツ、にんじん もやし、きゅうり、長ねぎ たまねぎ あおのり	みりん、しょう油 酢、塩 だし汁 中濃ソース
23	金	ごはん ナムル 中華スープ くだもの	豆乳プリン 牛乳	米、ごま油、油 春雨 砂糖、黒砂糖	豚挽肉、味噌 豆乳、きなこ 牛乳 ゼラチン	ほうれん草、にんじん もやし、きゅうり ホールコーン、こまつな	しょう油、塩 酢、鶏がらスープ 水
24	土	ごはん 肉じゃが ほうれん草のおかか和え 味噌汁 くだもの	ポップコーン、星たべよ 牛乳	米、じゃがいも 油、砂糖 麩 とうもろこし(乾) 星たべよ	豚小間肉、かつお節 牛乳 味噌	たまねぎ、にんじん、しらたき ほうれん草、ホールコーン わかめ	しょう油 だし汁
25	日						
26	月	ごはん レバーの香り揚げ 豆腐の和え物 味噌汁 くだもの	そらまめ、ぼたぼた焼き 牛乳	米、油、ごま油 かたくり粉 ぼたぼた焼き	豚レバー、木綿豆腐 かつお節 味噌 牛乳	にんじん、ほうれん草 えのき、わかめ しょうが汁	酒、しょう油 だし汁
27	火	けんちんうどん 鮭の変わり焼き 大豆サラダ くだもの	肉まん風蒸しパン 牛乳	乾麺、油、パン粉 マヨネーズ ホットケーキミックス 砂糖	油揚げ 鮭 大豆水煮、ツナ缶 牛乳、豆乳 豚挽肉	さといも、ごぼう、にんじん、 長ねぎ、キャベツ、きゅうり ホールコーン たまねぎ	だし汁 みりん、しょう油 塩 酒
28	水	ロールパン ツナグラタン フレンチサラダ コーンスープ くだもの	鮭ごはん 牛乳	バターロール、マカロニ 小麦粉、油、砂糖 米 パン粉	ツナ缶、豆乳 パルメザンチーズ 鮭 牛乳	たまねぎ、キャベツ、きゅうり にんじん、みかん缶 ホールコーン、長ねぎ こまつな パセリ	塩、酢 水、コンソメ
29	木	ごはん 豚だいこん きゅうりとちくわのサラダ 味噌汁 くだもの	きなこポーロ 牛乳	米、マヨネーズ、白ごま 小麦粉 油、砂糖	豚小間肉、ちくわ 味噌 豆乳 牛乳 きなこ	きゅうり、ほうれん草 たまねぎ、にんじん 大根、こんにやく しょうが汁	だし汁、しょう油 みりん ベーキングパウダー 水
30	金	ごはん 鶏肉のごま焼き ほうれん草のじゃこ和え 味噌汁 くだもの	ミートスパゲティ 牛乳	米、砂糖 油、小麦粉 スパゲティ 黒ごま	鶏もも肉、しらす 豚挽肉 味噌 牛乳	ほうれん草、にんじん もやし、わかめ、たまねぎ	しょう油、みりん だし汁 ケチャップ コンソメ、塩

くだものは、オレンジ・りんご・メロンがです。  
 (出荷状況によって変更することがあります。)  
 15日(木) おやつは多文化メニューです。

