

6月献立表(一般)

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6
昼食	ご飯 鯖の煮つけ いもとひじきの腸活サラダ 味噌汁(あげ・ふ・わかめ) キャンディチーズ	ロールパン(0.1歳児は食パン) 鶏肉のバーベキューソース マカロニサラダ 野菜スープ(キャベツ・人参)	ご飯 回鍋肉 ビーフンサラダ 中華スープ	やきそば 揚げしゅうまい わかめスープ 果物(黄桃缶)	ご飯 牛すき煮 ブロッコリーとツナの和風サラダ 味噌汁(小松菜・あげ)
10時(乳児)	あんぱんまんせんべい	マンナビスケット	果物(バナナ)	白い風船	たべっこ動物
3時	牛乳 マンナビスケット	お茶 ★なめしおにぎり	牛乳 ★ビザトースト	お茶 ★きんぎょおはぎ	お茶 源氏パイ
熱や冷に なるもの	米、砂糖、さつまいも、マヨネーズ、鮎、⑥あんぱんまんせんべい、⑦マンナビスケット、⑧米	ロールパン、砂糖、マカロニ、マヨネーズ、⑥マンナビスケット、⑦米	米、砂糖、油、ビーフン、マヨネーズ、いりごま、⑤食パン	中華そば、油、いりごま、⑤白い風船、⑥米、⑦砂糖	米、油、砂糖、⑥たべっこ動物、⑦源氏パイ
山や海や空に なるもの	鯖、油揚げ、キャンディチーズ、⑦牛乳	鶏肉	豚肉、⑦牛乳、⑦チーズ	豚肉、焼売、⑦きな粉	牛肉、焼き豆腐、ツナフレック、油揚げ
体の調子を整 えるもの	生薬、枝豆、ひじき、わかめ	ブロッコリー、胡瓜、人参、キャベツ、パセリ、⑦お茶、⑦菜飯	キャベツ、ピーマン、にんにく、胡瓜、人参、コーン、もやし、わかめ、青ネギ、⑥バナナ、⑦パセリ	キャベツ、もやし、人参、青のり、ブロッコリー、わかめ、青ネギ、黄桃缶、⑦お茶	玉ねぎ、糸こんにゃく、人参、えのき、ブロッコリー、塩昆布、小松菜、⑦お茶
調味料	醤油、酒、みりん、味噌、だし	ウスターソース、ケチャップ、胡椒、コンソメ	赤だし、醤油、みりん、酒、甜面醬、塩味がつおつゆ、中華だし、⑦ケチャップ	焼きそばソース、中華だし、醤油、塩	醤油、酒、だし、味噌
10時(たんぱく質) 10時(たんぱく質) (1)は果物	592(524)kcal 23(17.8)g 21.1(19.1)g 1.8(1.4)g	418(398)kcal 22.1(17.7)g 11.2(9.4)g 1.9(1.5)g	655(481)kcal 20.8(16.9)g 18.5(15.2)g 1.9(1.5)g	397(411)kcal 15.6(15.4)g 10.5(11.2)g 2.9(2.7)g	521(505)kcal 18.6(16.1)g 19.3(20.1)g 1.9(1.5)g
9	10	11	12	13	
昼食	ご飯 鯖の塩焼き 里芋とあけの煮物 清汁(えのき・人参・わかめ)	ハヤシライス コールスロー ヨーグルト	ご飯 エビチリ ほうれん草の炒め物 ワンタンスープ キャンディチーズ	ロールパン(0.1歳児は食パン) ポークビーンズ 花野菜サラダ 豆乳スープ	ご飯 豚肉と野菜の甘辛炒め 南瓜煮 味噌汁(しめじ・豆腐・わかめ)
10時(乳児)	ボーロ	白い風船	果物(バナナ)	ビスコ	
3時	牛乳 あんぱんまん	お茶 ★アメリカンドッグ	牛乳 ★バームクーヘン	お茶 ★きんぎょおにぎり	ヤクルト ハーベスト
熱や冷に なるもの	米、里芋、砂糖、⑥ボーロ、⑦あんぱんまん	米、油、マヨネーズ、⑥白い風船、⑦ポットケーキミックス	米、油、砂糖、ごま油、片栗粉、ワンタン、⑥星食べよ、⑦バームクーヘン	ロールパン、じゃがいも、砂糖、油、マヨネーズ、⑥米、⑦いりごま	米、砂糖、油、⑥ビスコ、⑦ヤクルト、⑦ハーベスト
山や海や空に なるもの	鯖、油揚げ、⑦牛乳	牛肉、ヨーグルト、⑦牛乳、⑦ウインナー	豚肉、フリッター、キャンディチーズ、⑦牛乳	豚肉、大豆、ベーコン、豆乳、油揚げ	豚肉、豆腐
体の調子を整 えるもの	人参、いんげん、えのき、わかめ	玉ねぎ、人参、グリーンピース、キャベツ、コーン、⑦お茶	玉ねぎ、グリーンピース、しょうが、にんにく、ほうれん草、もやし、人参、コーン、青ネギ	玉ねぎ、グリーンピース、人参、ブロッコリー、カリフラワー、コーン、キャベツ、⑥バナナ、⑦お茶	玉ねぎ、人参、ピーマン、かぼちゃ、グリーンピース、しめじ、わかめ
調味料	酒、塩、醤油、みりん、だし	ハヤシフレック、ケチャップ、胡椒、だし	ケチャップ、酒、醤油、鶏ガラスープ、中華だし	コンソメ、ケチャップ、醤油、だし	醤油、だし、みりん、味噌
10時(たんぱく質) 10時(たんぱく質) (1)は果物	631(540)kcal 20.6(18.6)g 22.2(19.6)g 1.6(1.4)g	577(539)kcal 17.1(14.2)g 19.4(18.2)g 1.8(1.5)g	663(562)kcal 21.2(17.4)g 23.1(21.8)g 2.3(2.1)g	524(491)kcal 23.5(19.3)g 18.4(15.6)g 2.2(1.9)g	491(435)kcal 16.4(14.4)g 10.8(12.5)g 1.3(1.2)g
16	17	18	19	20	
昼食	ご飯 ブリの照り焼き 高野豆腐の卵とじ 味噌汁(ふ・ほうれん草) キャンディチーズ	わかめうどん 南瓜の天ぷら 白菜の磯和え 小魚	チャーハン 焼き餃子 中華スープ(白菜・わかめ) 青りんごゼリー	★お誕生日メニュー★ ふりかけご飯 星形コロッケ・ウインナー マカロニサラダ コンソメスープ(キャベツ) ミニゼリー	ご飯 白身魚フライ 筑前煮 味噌汁(ほうれん草・あげ)
10時(乳児)	果物(バナナ)	あんぱんまんせんべい	ボーロ	白い風船	たべっこ動物
3時	お茶 ぼたぼた焼き	牛乳 ねじパン	★フルーツポンチ	りんごジュース、すみれ ★ケーキ	お茶 雪の宿
熱や冷に なるもの	米、油、砂糖、鮎、⑥ぼたぼた焼き	うどん、天かす、天ぷら粉、油、⑥あんぱんまんせんべい、⑦ねじパン	米、ごま油、油、マヨネーズ、いりごま、青りんごゼリー、⑥ボーロ	米、油、マカロニ、マヨネーズ、ミニゼリー、⑥白い風船、⑦ケーキ、⑦りんごジュース、⑦ミルクまんじゅう	米、油、砂糖、⑥たべっこ動物、⑦ヤクルト、⑦雪の宿
山や海や空に なるもの	ぶり、高野豆腐、卵、キャンディチーズ	かまぼこ、小魚、⑦牛乳	豚肉、卵、焼き餃子	星形コロッケ、ウインナー、⑦ホイップ	白身フライ、鶏肉、油揚げ、
体の調子を整 えるもの	生薬、玉ねぎ、人参、グリーンピース、ほうれん草、青ネギ、⑥バナナ、⑦お茶	わかめ、青ネギ、かぼちゃ、ブロッコリー、白菜、人参、のり	玉ねぎ、人参、青ネギ、ブロッコリー、白菜、わかめ、⑥バナナ、⑦お茶、⑦黄桃缶	ブロッコリー、胡瓜、人参、コーン、キャベツ、青ネギ	ブロッコリー、人参、ごぼう、いんげん、しいたけ、ほうれん草、うなぎ
調味料	醤油、酒、みりん、だし、味噌	醤油、みりん、だし、塩	鶏ガラスープ、醤油、胡椒、中華だし	ふりかけ、ケチャップ、だし、コンソメ	タルタルソース、醤油、みりん、酒、だし、味噌
10時(たんぱく質) 10時(たんぱく質) (1)は果物	499(540)kcal 21.5(18.6)g 16.8(18.6)g 1.7(1.4)g	632(653)kcal 27.2(27.1)g 21.4(22.5)g 3(3.1)g	481(443)kcal 12.7(10.9)g 13(11.6)g 1.1(1.1)g	712(590)kcal 11.7(9.4)g 25.1(24.6)g 1.3(1.3)g	545(558)kcal 20.7(20.6)g 20.8(24)g 1.3(1.2)g
23	24	25	26	27	
昼食	★郷土料理(愛知県)★ ご飯 味噌カツ インゲンの胡麻和え 清汁(里芋・小松菜・玉ねぎ)	ロールパン(0.1歳児は食パン) ハンバーグ フライドポテト コーンスープ フルーツカクテル	ご飯 豚の生姜焼き ほうれん草のしらす和え 味噌汁(大根) オレンジゼリー	マーボー豆腐丼 もやしのナムル 玉子スープ(大根・わかめ) キャンディチーズ	ご飯 肉じゃが ひじきの煮物 清汁(そうめん)
10時(乳児)	マンナビスケット	ビスコ	ぼたぼた焼き	あんぱんまんビスケット	星食べよ(せんべい)
3時	牛乳 ★ココア蒸しパン	お茶 ★おなかチーズおにぎり	★フルーツヨーグルト	お茶 大芋半	お茶 源氏パイ
熱や冷に なるもの	米、油、砂糖、すりごま、里芋、⑥マンナビスケット、⑦蒸しパンミックス、⑦ココア	ロールパン、油、ポテト、⑥ビスコ、⑦米	米、砂糖、油、オレンジゼリー、⑥ぼたぼた焼き	米、砂糖、片栗粉、油、いりごま、⑥あんぱんまんビスケット、⑦大芋半	米、じゃがいも、砂糖、油、そうめん、⑥星食べよ、⑦源氏パイ
山や海や空に なるもの	豚カツ、⑦牛乳	ハンバーグ、牛乳、⑦キューピツチーズ、⑦かつお節	豚肉、しらす、⑦ヨーグルト	豆腐、鶏ミンチ、卵、キャンディチーズ	豚肉、油揚げ
体の調子を整 えるもの	ブロッコリー、いんげん、人参、小松菜、玉ねぎ、青ネギ	ブロッコリー、パセリ、コーン、フルーツカクテル、⑦お茶	玉ねぎ、ミックスビーマン、生薬、ほうれん草、人参、大根、青ネギ、⑦お茶、⑦黄桃缶	玉ねぎ、たけのこ、青ネギ、生薬、もやし、ほうれん草、人参、大根、わかめ、⑦お茶	人参、玉ねぎ、糸こんにゃく、グリーンピース、ひじき、枝豆、青ネギ、⑦お茶
調味料	赤だし、とんかつソース、醤油、だし、みりん	ケチャップ、だし、塩、コーンスープの素	醤油、酒、みりん、味噌、だし	赤だし、醤油、みりん、中華だし、ごま油	醤油、みりん、だし
10時(たんぱく質) 10時(たんぱく質) (1)は果物	614(602)kcal 20.7(20.1)g 13(19)g 1.8(1.9)g	523(512)kcal 15.5(13.8)g 19.4(20)g 2.5(2.3)g	485(468)kcal 21.8(18.5)g 10.5(9.6)g 1.8(1.5)g	682(587)kcal 18.4(17)g 17.1(17.4)g 2.8(2.9)g	502(489)kcal 16.4(14)g 12.9(14)g 1.5(1.6)g
30					
昼食	ご飯 サーモンフライ キャベツの塩昆布和え 清汁(ほうれん草・かまぼこ)				
10時(乳児)	ビスコ				
3時	お茶 ★マカロニあべかわ				
熱や冷に なるもの	米、油、⑥ビスコ、⑦マカロニ、⑦砂糖				
山や海や空に なるもの	サーモンフライ、かまぼこ、⑦きな粉				
体の調子を整 えるもの	ミニブロッコリー、キャベツ、人参、塩昆布、ほうれん草、⑦お茶				
調味料	ウスターソース、ケチャップ、醤油、塩、だし				
10時(たんぱく質) 10時(たんぱく質) (1)は果物	451(465)kcal 18.3(17.5)g 8.2(11)g 2.2(2.1)g				

(◎10時おやつ ○3時おやつ)

★行事食・イベントメニュー

★手作りおやつ

◇粉河保育園オリジナルメニュー

※仕入れ材料の都合により献立の内容を変更する場合がありますのでご了承ください。