

2020年 6月 献立表【幼児食】

* 補食(時間外おやつ)…おせんべいやパンとジュースを出しています。

金沢八景保育園

日付	曜日	朝おやつ		主食	主菜	副菜1	副菜2	汁物	デザート	午後おやつ
		ほし・にじ	たいよう							
1	月	牛乳	牛乳	ごはん(精白米)	鶏肉のガリパタ炒め <small>(鶏肉、もやし、にんじん、醤油、砂糖、鶏がら、おろしにんにく、バター)</small>	さつま芋バジルチーズ <small>(さつま芋、粉チーズ、塩、バジル粉)</small>	そら豆のサラダ <small>(そら豆、レタス、コーン缶、酢、砂糖、油、塩)</small>	すまし汁 <small>(小松菜、まいたけ、醤油、塩)</small>		豆乳みそうどん、麦茶 <small>(うどん、豚肉、水菜、豆乳、みそ、鶏がら、スキム、油)</small>
2	火	牛乳		ごはん(精白米)	あじのフライ風 <small>(あじ、酒、小麦粉、パン粉、油、中濃ソース)</small>	かぶのコンソメ煮 <small>(かぶ、かぶの葉、人参、コンソメ)</small>	ブロッコリーのヨーグルトソース <small>(ブロッコリー、玉ねぎ、レーズン、ヨーグルト、砂糖、塩、おろしにんにく、スキム、オリーブ油)</small>	スープ <small>(南瓜、白ごま、鶏がら、塩)</small>		オニオンブレッド、牛乳
3	水	牛乳 プルーン	牛乳	塩焼きそば <small>(中華麺、豚ひき肉、にんじん、キャベツ、ねぎ、オイスターソース、鶏がら、おろしにんにく、おろししょうが、塩、油)</small>			いんげんのごま和え <small>(いんげん、玉ねぎ、白ごま、醤油、砂糖)</small>	みそ汁 <small>(ひじき、オクラ、みそ)</small>		高菜ごはん、麦茶 <small>(精白米、高菜、鶏ひき肉、鶏がら、酒、油)</small>
4	木	牛乳		ごはん(精白米)	ほうれん草オムレツ <small>(卵、ベーコン、ほうれん草、じゃが芋、コンソメ、スキム、ケチャップ、油)</small>	しめじとアスパラのソテー <small>(しめじ、玉ねぎ、アスパラガス、鶏がら、油)</small>	ズッキーニの焼きマリネ <small>(ズッキーニ、にんじん、醤油、砂糖、酢、油)</small>	すまし汁 <small>(水菜、もやし、醤油、塩)</small>		あじさいゼリー、ウエハース、牛乳 <small>(粉寒天、砂糖、牛乳、ぶどうジュース、スキム)(カルピスウエハース)</small>
5	金	牛乳 パイナップル	パイナップル	ごはん(精白米)	かれのい磯辺焼き <small>(かれのい、青のり、醤油、みりん、酒)</small>	がんもの煮物 <small>(がんもどき、グリーンピース、醤油、砂糖)</small>	切干大根のマヨポンサラダ <small>(切干大根、ごぼう、マヨネーズ、スキム、ポン酢)</small>	スープ <small>(玉ねぎ、にんじん、鶏がら、塩、おろしにんにく)</small>		メープルブレッド、牛乳
6	土	牛乳	牛乳	ハヤシライス <small>(精白米、豚肉、にんじん、玉ねぎ、しめじ、ハヤシルウ、砂糖、ウスターソース、トマト缶、スキム、油)</small>			きゅうりのゆかり和え <small>(きゅうり、ゆかり、塩)</small>		バナナ	マーマレードカップケーキ、牛乳 <small>(ホットケーキミックス、牛乳、スキム、砂糖、無塩バター、マーマレードジャム)</small>
8	月	牛乳		ごはん(精白米)	オクラの肉巻き <small>(豚ロース肉、オクラ、醤油、みりん、酒)</small>	にらともやしの中華炒め <small>(にら、もやし、鶏がら、おろしにんにく、油)</small>	春雨サラダ <small>(春雨、にんじん、チンゲン菜、白ごま、酢、砂糖、塩)</small>	みそ汁 <small>(さつま芋、ごぼう、みそ)</small>		麩のココアラスク、牛乳 <small>(麩、ココアパウダー、砂糖、無塩バター)</small>
9	火	牛乳 プルーン		ごはん(精白米)	かじきのおろし煮 <small>(かじき、酒、大根、えのき、ポン酢、砂糖、バター)</small>	ピーマンの炒め物 <small>(ピーマン、にんじん、玉ねぎ、醤油、砂糖、ごま油)</small>	レタスサラダ <small>(レタス、きゅうり、酢、砂糖、塩、粉チーズ)</small>	ジンジャースープ <small>(ほうれん草、鶏ひき肉、ワカシの皮、鶏がら、塩、おろししょうが)</small>		ピロシキ風焼きパン、牛乳
10	水	牛乳		ごはん(精白米)	厚揚げのチャンプルー風 <small>(厚揚げ、ツナ缶、キャベツ、にんじん、めんつゆ、おろししょうが、酒、かつお節、油)</small>	かぶのグリル <small>(かぶ、かぶの葉、玉ねぎ、鶏がら、ガーリックパウダー)</small>	きくらげの中華サラダ <small>(きくらげ、もやし、鶏がら、醤油、ごま油)</small>	みそ汁 <small>(白菜、わかめ、みそ)</small>		チャーハン、麦茶 <small>(精白米、桜えび、グリーンピース、鶏がら、オイスターソース、ごま油)</small>
11	木	麦茶		キャロットライス <small>(米、にんじん、コンソメ、塩、パセリ粉、バター)</small>	和風チキンカツ <small>(鶏肉、醤油、みりん、しょうが、小麦粉、卵、パン粉、青のり、油、中濃ソース)</small>	オニオンポテト <small>(じゃが芋、玉ねぎ、コンソメ、塩)</small>	ブロッコリーのサラダ <small>(ブロッコリー、レタス、コーン缶、酢、砂糖、塩、油)</small>	スープ <small>(ねぎ、赤パプリカ、鶏がら、塩)</small>	夏みかん	抹茶のチーズケーキ、牛乳 <small>(小麦粉、クリームチーズ、生クリーム、卵、砂糖、抹茶パウダー、ビスケット、無塩バター、粉糖)</small>
12	金	牛乳	牛乳	ごはん(精白米)	さわらの西京焼き <small>(さわら、白みそ、酒、砂糖、みりん、スキム)</small>	ひじきの煮物 <small>(ひじき、もやし、白滝、醤油、砂糖)</small>	にんじんといんげんのなめたけ和え <small>(にんじん、いんげん、なめたけ、醤油)</small>	すまし汁 <small>(大根、チンゲン菜、醤油、塩)</small>		レモンブレッド、牛乳
13	土	牛乳	牛乳	鶏もも肉とアスパラのクリームスパゲッティー <small>(スパゲッティー、鶏肉、アスパラガス、玉ねぎ、にんじん、ホワイトソース缶、牛乳、スキム、コンソメ、オリーブ油)</small>			トマトのマリネ <small>(トマト、酢、砂糖、塩、オリーブ油、バジル粉)</small>		グレープフルーツ	鮭と揚げ玉のごはん、麦茶 <small>(精白米、鮭フレーク、小ねぎ、揚げ玉、めんつゆ、油)</small>
15	月	牛乳		ごはん(精白米)	ちくわのツナチーズ焼き <small>(ちくわ、ツナ缶、粉チーズ、鶏がら)</small>	小松菜のソテー <small>(小松菜、にんじん、醤油、コンソメ、油)</small>	ハムのサラダ <small>(ハム、玉ねぎ、レタス、レモン汁、砂糖、塩、オリーブ油)</small>	スープ <small>(かぼちゃ、コーン缶、コンソメ、塩)</small>		ライスミルククッキー、牛乳 <small>(米粉、砂糖、無塩バター、練乳、牛乳)</small>
16	火	牛乳		ごはん(精白米)	鶏肉のごまだれソース <small>(鶏肉、砂糖、みりん、醤油、酒、白ごま)</small>	たけのこの煮物 <small>(たけのこ、いんげん、もやし、醤油、砂糖、かつお節)</small>	キャベツと桜えびの和え物 <small>(キャベツ、にんじん、桜えび、ポン酢、砂糖、ごま油)</small>	みそ汁 <small>(かぶ、かぶの葉、みそ)</small>		黒糖レーズンロール、牛乳
17	水	牛乳 プルーン	牛乳 プルーン	ごはん(精白米)	あじの蒲焼き <small>(あじ、酒、醤油、砂糖、みりん、片栗粉、油)</small>	塩きんぴら <small>(ごぼう、糸こんにやく、鶏がら、塩、おろしにんにく、ごま油)</small>	カリフラワーのオーロラソース <small>(カリフラワー、玉ねぎ、ケチャップ、マヨネーズ、スキム)</small>	すまし汁 <small>(小ねぎ、しめじ、醤油、塩)</small>		ビーフン、麦茶 <small>(ビーフン、鶏ひき肉、ねぎ、にんじん、鶏がら、オイスターソース、砂糖、おろしにんにく、ごま油)</small>
18	木	牛乳		カレーライス <small>(精白米、豚肉、にんじん、玉ねぎ、じゃが芋、カレールウ、スキム、油)</small>			フレンチサラダ <small>(レタス、サニーレタス、コーン缶、酢、砂糖、塩、オリーブ油)</small>		りんごゼリー <small>(りんごジュース、砂糖、粉寒天)</small>	バナナヨーグルト、麦茶 <small>(ヨーグルト、バナナ、みかん缶、砂糖、スキム、コーンフレーク)</small>
19	金	牛乳		ごはん(精白米)	さばのトマト煮 <small>(さば、トマト缶、玉ねぎ、ケチャップ、砂糖、鶏がら、おろしにんにく、スキム、油)</small>	切干大根の梅風味 <small>(切干大根、にんじん、梅干し、醤油、砂糖)</small>	白和え <small>(絹ごし豆腐、小松菜、糸こんにやく、醤油、砂糖、白ごま、油)</small>	みそ汁 <small>(なす、みつば、みそ)</small>		ウインナーパン、牛乳
20	土	牛乳	牛乳	レモンチキン丼 <small>(精白米、鶏肉、ねぎ、キャベツ、レモン汁、鶏がら、塩、おろしにんにく、油)</small>			チコレギサラダ <small>(水菜、にんじん、醤油、砂糖、ごま油)</small>		オレンジ	あんこパイ、牛乳 <small>(パイシート、粒あん、牛乳)</small>
22	月	牛乳 コーンフレーク	牛乳 コーンフレーク	ごはん(精白米)	えびとズッキーニの炒め物 <small>(えび、ズッキーニ、ねぎ、酒、みりん、中華あじ、醤油、おろしにんにく、油)</small>	チンゲン菜のうま煮 <small>(チンゲン菜、もやし、オイスターソース、鶏がら)</small>	パプリカのナムル <small>(赤・黄パプリカ、玉ねぎ、醤油、砂糖、塩、白ごま)</small>	スープ <small>(グリーンピース、カリフラワー、鶏がら、塩)</small>		醤油ラーメン、麦茶 <small>(中華麺、鶏ひき肉、きくらげ、にんじん、醤油、鶏がら、塩、おろしにんにく、油)</small>
23	火	牛乳 プルーン		ごはん(精白米)	ポークジンジャー <small>(豚肉、もやし、玉ねぎ、にんじん、醤油、砂糖、おろししょうが、油)</small>	かぼちゃの煮物 <small>(かぼちゃ、醤油、砂糖)</small>	かぶの昆布茶和え <small>(かぶ、かぶの葉、白菜、昆布茶、塩)</small>	みそ汁 <small>(とろろ昆布、えのき、みそ)</small>		チーズパン、牛乳
24	水	牛乳		ごはん(精白米)	かじきのコーンクリームソース <small>(かじき、コーン缶、コーンクリーム缶、牛乳、コンソメ、スキム、パセリ粉)</small>	なすのソース炒め <small>(なす、玉ねぎ、中濃ソース、砂糖、油)</small>	オクラとわかめの酢の物 <small>(オクラ、わかめ、にんじん、酢、砂糖、塩)</small>	みそ汁 <small>(にら、麩、みそ)</small>		シュガードーナツ、牛乳 <small>(ホットケーキミックス、牛乳、砂糖、スキム、グラニュー糖、油)</small>
25	木	牛乳	牛乳	ポロネーゼ <small>(スパゲッティー、豚ひき肉、にんじん、玉ねぎ、トマト缶、おろしにんにく、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、オリーブ油、塩、小麦粉、スキム)</small>			じゃが芋とクリームチーズの青のり和え <small>(じゃが芋、いんげん、クリームチーズ、めんつゆ、青のり)</small>		メロン	じゃことたくあん混ぜごはん、麦茶 <small>(精白米、ちりめんじゃこ、たくあん、塩、鶏がら、おろししょうが、油)</small>
26	金	牛乳		ごはん(精白米)	サーモンときのこのムニエル <small>(サーモン、片栗粉、しめじ、えのき、コンソメ、醤油、塩、バター)</small>	大根の煮物 <small>(大根、醤油、鶏がら)</small>	ごぼうときゅうりのマヨサラダ <small>(ごぼう、きゅうり、マヨネーズ、スキム)</small>	スープ <small>(サニーレタス、にんじん、鶏がら、塩)</small>		黒ごまあんぱん、牛乳
27	土	牛乳	牛乳	たらこうどん <small>(うどん、たらこ、玉ねぎ、ほうれん草、醤油、鶏がら、オリーブ油)</small>			キャベツの浅漬け <small>(キャベツ、にんじん、おろししょうが、塩)</small>		夏みかん	ピラフおにぎり、麦茶 <small>(精白米、ウインナー、ねぎ、コンソメ、塩、油)</small>
29	月	牛乳		ごはん(精白米)	酢鶏 <small>(鶏肉、ピーマン、赤ピーマン、玉ねぎ、オイスターソース、酢、酒、砂糖、鶏がら、ケチャップ、おろしにんにく、おろししょうが、油、片栗粉、スキム)</small>	白菜のソテー <small>(白菜、にんじん、鶏がら、ごま油)</small>	ゆで枝豆 <small>(枝豆、塩)</small>	すまし汁 <small>(水菜、まいたけ、醤油、塩)</small>		はちみつミルクプリン、おせんべい、麦茶 <small>(牛乳、砂糖、ゼラチン、はちみつ)(ソフトサラダ)</small>
30	火	牛乳		ごはん(精白米)	はんぺんのみそマヨのせ <small>(はんぺん、小ねぎ、コーン缶、みそ、マヨネーズ、スキム)</small>	小松菜の煮びたし <small>(小松菜、玉ねぎ、油揚げ、醤油、砂糖、白ごま)</small>	ポテトサラダ <small>(じゃが芋、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油)</small>	スープ <small>(ブロッコリー、白ごま、中華あじ、塩)</small>		いちごジャムパン、牛乳 <small>(バターソフト、いちごジャム)</small>

【旬の食材】あじ、かじき、さわら、オクラ、かぶ、キャベツ、グリーンピース、いんげん、そら豆、じゃが芋、玉ねぎ、トマト、ピーマン、パプリカ、夏みかん…など

今月は、しのかめ会合同献立で、聖星保育園が作成してくれました。

材料の仕入れ状況により、献立が変更することがあります。