

2024年6月 献立表【幼児食】

* 補食(18:30のおやつ)…野菜ジュース・おせんべい・クッキー・パン・ゼリー

しのめ会 聖星保育園

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
		乳児	幼児							
1	土	クラッカー 牛乳	麦茶	スタミナ丼 (米、豚肩肉、もやし、にんじん、にら、にんにく、しょうが、しょう油、みりん、鶏がら、ごま油)				みそ汁 (大根、ねぎ、わかめ、みそ)	夏みかん	しのめ祭り
3	月	バナナ 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	鶏もも肉の塩麹焼き (鶏もも肉、にんにく、しょうが、酒、塩麹、塩)	ひじきの炒り煮 (ひじき、にんじん、油揚げ、絹さや、しょう油、砂糖、酒)	トマトの塩昆布和え (トマト、玉ねぎ、塩昆布)	みそ汁 (さつまいも、まいたけ、みそ)		あじさいゼリー、ウエハース、麦茶 (ぶどうジュース、牛乳、砂糖、粉寒天)(カル鉄ウエハース)
4	火	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	厚揚げのみそ炒め (厚揚げ、豚肩肉、キャベツ、ピーマン、赤ピーマン、しょうが、みそ、しょう油、みりん、酒、油)	茹でそら豆 (そら豆、塩)	カリフラワーの甘酢漬け (カリフラワー、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、塩)	すまし汁 (麩、ごぼう、しょう油、塩)		ミルクブレッド、牛乳
5	水	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	かに玉 (卵、かにかまぼこ、ねぎ、きくらげ、豆乳、鶏がら、塩、片栗粉)	かつおの角煮 (かつお、しょうが、しょう油、酒、砂糖)	豆もやしのナムル (豆もやし、小松菜、にんじん、しょう油、砂糖、塩、ごま、ごま油)	スープ (大根、しめじ、鶏がら)		たぬきうどん、牛乳 (うどん、わかめ、玉ねぎ、揚げ玉、めんつゆ)
6	木	どうぶつビスケット 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	かれの煮付け (かれい、酒、しょう油、砂糖、みりん、しょうが)	レパールのケチャップ炒め (鶏レバー、チンゲン菜、にんじん、ケチャップ、しょう油、砂糖、酒、にんにく、油)	かぼちゃのサラダ (かぼちゃ、レーズン、マヨネーズ、スキムミルク、塩)	みそ汁 (なす、もやし、みそ)		ガーリックラスク、牛乳 (食パン、にんにく、バター、塩、パセリ粉)
7	金	胚芽スティック 牛乳	麦茶	カレーライス (米、鶏もも肉、玉ねぎ、にんじん、じゃが芋、カレールウ、スキムミルク)			カラフルサラダ (レタス、きゅうり、赤パプリカ、コーン缶、しょう油、酢、砂糖、塩、油)		みかんゼリー (オレンジジュース、みかん缶、砂糖、粉寒天)	ウインナー蒸しパン、牛乳 (ホットケーキミックス、ウインナー、チーズ、ケチャップ、牛乳、スキムミルク、油)
8	土	ミレービスケット 牛乳	麦茶	しらすと梅のスパゲッティ (スパゲッティ、しらす、梅干し、玉ねぎ、しめじ、しそ、しょう油、鶏がら、オリーブ油)				スープ (キャベツ、じゃが芋、にんじん、コンソメ)	バナナ	そぼろおにぎり、牛乳 (米、鶏ひき肉、しょう油、砂糖、しょうが、のり)
10	月	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	チキンの香草焼き (鶏もも肉、セロリ、しょうが、にんにく、酒、しょう油)	かわりきんぴら (突きこんにやく、にんじん、ピーマン、しょう油、砂糖、ごま、ごま油)	大根のゆかり和え (大根、ゆかりふりかけ、塩)	みそ汁 (ほうれん草、えのき、みそ)		コーンピラフ、牛乳 (米、ハム、玉ねぎ、コーン缶、コンソメ、にんにく、バター)
11	火	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	あじのり焼き (あじ、酒、小麦粉、青のり、塩、油)	切干大根の煮物 (切干大根、ちくわ、玉ねぎ、しょう油、砂糖)	いんげんのなめたけ和え (いんげん、にんじん、なめたけ)	すまし汁 (わかめ、水菜、しょう油、塩)		キャラメルブレッド、牛乳
12	水	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	ポークビーンズ (豚肩肉、大豆、玉ねぎ、にんじん、砂糖、ケチャップ、コンソメ、トマト缶、ウスターソース)	かぼちゃの甘煮 (かぼちゃ、しょう油、砂糖)	ズッキーニとなすの焼き浸し (ズッキーニ、なす、めんつゆ、油)	スープ (かぶ、かぶの葉、鶏がら)		みそラーメン、牛乳 (中華麺、鶏ひき肉、にんじん、キャベツ、もやし、みそ、しょう油、鶏がら、にんにく、しょうが)
13	木	ミレービスケット 牛乳	麦茶	グリーンピースごはん (米、グリーンピース、酒、塩)	サーモンフライ (サーモン、酒、小麦粉、卵、パン粉、油、中濃ソース)	ガーリックポテト (新じゃが芋、コーン缶、コンソメ、にんにく、パセリ粉)	千切りキャベツ (キャベツ、にんじん)	みそ汁 (絹豆腐、三つ葉、みそ)	メロン	2色パウンドケーキ、牛乳 (小麦粉、卵、バター、砂糖、ベーキングパウダー、バナナ、ココアパウダー)
14	金	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	牛肉のオイスターソース炒め (牛肩肉、ブロッコリー、玉ねぎ、赤パプリカ、黄パプリカ、オイスターソース、しょう油、酒、にんにく、しょうが)	切り昆布の煮物 (切り昆布、しらたき、にんじん、しょう油、砂糖)	トマト	スープ (ねぎ、オクラ、ごま、鶏がら)		黒糖レーズンロール、牛乳
15	土	胚芽スティック 牛乳	麦茶	中華丼 (米、豚肩肉、キャベツ、もやし、にんじん、きくらげ、しょう油、みりん、鶏がら、しょうが、片栗粉)			かぶの塩もみ (かぶ、かぶの葉、鶏がら、塩)		オレンジ	チーズじゃがバター、牛乳 (じゃが芋、チーズ、バター、塩)
17	月	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	炒り豆腐 (木綿豆腐、豚肩肉、玉ねぎ、にんじん、絹さや、しょう油、鶏がら、みりん、ごま油)	小松菜の煮浸し (小松菜、もやし、ちりめんじゃこ、しょう油、砂糖)	スティック野菜 (赤パプリカ、オクラ、マヨネーズ、スキムミルク)	みそ汁 (ごぼう、えのき、みそ)		スコーン、牛乳 (小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー、バター、ヨーグルト、塩、いちごジャム、りんごジャム)
18	火	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	チキンのパタポン焼き (鶏もも肉、酒、バター、ポン酢)	アスパラのソテー (アスパラガス、玉ねぎ、コーン缶、鶏がら)	浅漬け (キャベツ、セロリ、昆布茶、塩)	ミルクスープ (かぶ、かぶの葉、牛乳、コンソメ)		チーズブレッド、牛乳
19	水	バナナ 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さわらのマヨ焼き (さわら、酒、にんにく、マヨネーズ、塩、バジル粉)	マッシュポテト (じゃが芋、豆乳、鶏がら)	ほうれん草のお浸し (ほうれん草、玉ねぎ、にんじん、しょう油、砂糖、かつお節)	みそ汁 (まいたけ、ねぎ、みそ)		ソース焼きそば、牛乳 (中華麺、桜えび、玉ねぎ、にんじん、ウスターソース、中濃ソース、鶏がら)
20	木	プルーン 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	回鍋肉 (豚肩肉、キャベツ、にんじん、赤ピーマン、しょう油、みりん、みそ、テンメンジャン、酒、しょうが)	にらチヂミ (にら、小麦粉、片栗粉、ポン酢、砂糖、ごま油)	きゅうりの中華和え (きゅうり、もやし、しょう油、鶏がら)	中華コーンスープ (豚肩肉、チンゲン菜、コーン缶、わかめ、鶏がら、片栗粉)		トマトの炊き込みごはん、牛乳 (米、トマト、ツナ缶、コンソメ、パセリ粉)
21	金	ウエハース 野菜ジュース	野菜ジュース	ごはん (米、押麦)	さばのみそ煮 (さば、酒、みそ、しょう油、砂糖、みりん、しょうが)	ブロッコリーのにんにく炒め (ブロッコリー、にんじん、鶏がら、にんにく、オリーブ油)	春雨のマヨサラダ (春雨、ハム、きくらげ、黄パプリカ、マヨネーズ、スキムミルク、しょう油)	すまし汁 (とろろ昆布、水菜、しょう油、塩)		黒ごまあんパン、牛乳
22	土	クラッカー 牛乳	麦茶	チキンライス (米、鶏もも肉、玉ねぎ、ピーマン、コーン缶、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、にんにく)			ツナサラダ (レタス、きゅうり、ツナ缶、ポン酢)	スープ (ほうれん草、にんじん、鶏がら)		ホットケーキ、牛乳 (ホットケーキミックス、スキムミルク、砂糖、牛乳、バター、メープルシロップ)
24	月	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	高野豆腐の煮物 (高野豆腐、豚肩肉、大根、にんじん、いんげん、しょう油、酒、砂糖)	ごまかぼちゃ (かぼちゃ、すりごま、オリーブ油)	キャベツのスパイシーサラダ (鶏ひき肉、キャベツ、紫玉ねぎ、にんにく、レモン汁、砂糖、カレー粉、塩、油)	みそ汁 (なめこ、三つ葉、みそ)		おかか昆布おにぎり、牛乳 (米、かつお節、塩昆布、しょう油、砂糖、のり)
25	火	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	鶏肉の照り焼き (鶏もも肉、しょう油、砂糖、みりん、酒、しょうが)	なすのしそみそ炒め (なす、ピーマン、にんじん、しそ、みそ、みりん、砂糖、油)	チコレギサラダ (サニーレタス、きゅうり、のり、しょう油、砂糖、ごま油)	すまし汁 (えのき、チンゲン菜、しょう油、塩)		バターソフト(たらこクリームチーズ)、牛乳 (クリームチーズ、たらこ、レモン汁)
26	水	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	あじの竜田揚げ (あじ、酒、しょう油、みりん、しょうが、片栗粉、油)	ズッキーニのソテー (ズッキーニ、玉ねぎ、にんじん、コンソメ)	茹で枝豆 (枝豆、塩)	みそ汁 (キャベツ、油揚げ、みそ)		にゅうめん、牛乳 (そうめん、かまぼこ、三つ葉、とろろ昆布、しょう油、みりん)
27	木	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ハンバーグ (牛・豚ひき肉、玉ねぎ、パン粉、牛乳、塩、デミグラスソース缶、ケチャップ、中濃ソース、しょう油、砂糖)	スパゲッティ (スパゲッティ、にんじん、バター、パセリ粉)	みかんとチーズのサラダ (レタス、赤パプリカ、みかん缶、チーズ、酢、砂糖、塩、油)	スープ (かぼちゃ、いんげん、コンソメ)		きなこマフィン、牛乳 (小麦粉、きな粉、砂糖、こしあん、ベーキングパウダー、豆乳、油)
28	金	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	かじきのムニエル (かじき、酒、小麦粉、コンソメ、塩、バター)	玉ねぎのオープン焼き (玉ねぎ、コーン缶、鶏がら)	ポテトサラダ (じゃが芋、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、スキムミルク)	ガンボスープ (ウインナー、玉ねぎ、おろし、なす、トウモロコシ、ケチャップ、砂糖、コンソメ)		カレーパン、牛乳
29	土	クラッカー 牛乳	麦茶	アスパラのクリームスパゲッティ (スパゲッティ、鶏もも肉、アスパラガス、玉ねぎ、エリンギ、シチュールウ、コンソメ、牛乳、オリーブ油)				スープ (にんじん、かぶ、かぶの葉、鶏がら)	グレープフルーツ	鮭チーズおにぎり、牛乳 (米、鮭フレーク、チーズ、ごま、のり)

3日(月)あじさいゼリー 7日(金)幼児部カレークッキング 13日(木)誕生会 21日(金)らいおん組宿泊保育
【旬の食材】あじ、かじき、さわら、オクラ、かぶ、キャベツ、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、メロン…など

|

|

|