

2020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	月	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	鶏肉のガリパタ炒め (鶏もも肉、もやし、にんじん、しょう油、砂糖、鶏がら、にんにく、バター)	さつま芋バジルチーズ (さつま芋、玉ねぎ、粉チーズ、バジル粉)	そら豆のサラダ (そら豆、レタス、コーン缶、酢、砂糖、油、塩)	すまし汁 (小松菜、まいたけ、しょう油、塩)		豆乳みそうどん、麦茶 (うどん、豚肩肉、玉ねぎ、水菜、豆乳、みそ、鶏がら、油)
2	火	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	あじのフライ風 (あじ、酒、小麦粉、パン粉、油、中濃ソース)	かぶのコンソメ煮 (かぶ、かぶの葉、赤パプリカ、コンソメ)	ブロッコリーのヨーグルトソース (ブロッコリー、玉ねぎ、レーズン、ヨーグルト、砂糖、にんにく、オリーブ油)	パンプキンスープ (かぼちゃ、にんじん、セロリ、牛乳、チキンエキス、砂糖、クリーム、バター、小麦粉、塩)		オニオンブレッド、牛乳
3	水	にぼし 牛乳	麦茶	塩焼きそば (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、にんにく、しょうが、塩、油)			いんげんのごま和え (いんげん、玉ねぎ、すりごま、しょう油、砂糖)	みそ汁 (ひじき、オクラ、みそ)		高菜ごはん、牛乳 (米、高菜、油揚げ、にんじん、しょう油、砂糖、酒、油)
4	木	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ほうれん草オムレツ (卵、ほうれん草、じゃが芋、コンソメ、スキムミルク、ケチャップ)	きのこアスパラのソテー (しめじ、えのき、アスパラガス、鶏がら、油)	ズッキーニの焼きマリネ (ズッキーニ、にんじん、しょう油、砂糖、酢、油)	すまし汁 (水菜、もやし、しょう油、塩)		あじさいゼリー、ウエハース、牛乳 (粉寒天、砂糖、牛乳、ぶどうジュース)(カル鉄ウエハース)
5	金	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	かれの磯辺焼き (かれい、青のり、しょう油、みりん、酒)	がんもの煮物 (がんもどき、にんじん、グリーンピース、しょう油、砂糖)	切干大根のマヨポンサラダ (切干大根、ごぼう、マヨネーズ、スキムミルク、ポン酢)	スープ (玉ねぎ、なす、コンソメ)		メープルブレッド、牛乳
6	土	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ハヤシライス (米、豚肩肉、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、油)			きゅうりのゆかり和え (きゅうり、ゆかり、塩)		バナナ	マーマレードカップケーキ、牛乳 (ホットケーキミックス、牛乳、スキムミルク、砂糖、バター、マーマレードジャム)
8	月	プルーン 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	オクラの肉巻き (豚肩ロース肉、オクラ、しょう油、砂糖、酒)	にらともやしの中華炒め (にら、もやし、鶏がら、にんにく、油)	春雨サラダ (春雨、にんじん、チンゲン菜、練りごま、酢、砂糖、塩)	みそ汁 (高野豆腐、ごぼう、みそ)		麩のココアラスク、牛乳 (麩、ココアパウダー、砂糖、バター)
9	火	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かじきのおろしソースがけ (かじき、酒、大根、ポン酢、砂糖、バター)	ピーマンの炒め物 (ピーマン、にんじん、えのき、しょう油、砂糖、ごま油)	レタスサラダ (レタス、きゅうり、クルトン、酢、砂糖、粉チーズ)	ジンジャースープ (ほうれん草、ワタンの皮、鶏がら、しょうが)		ピロシキ風焼きパン、牛乳
10	水	にぼし 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	厚揚げのチャンプルー風 (厚揚げ、キャベツ、にんじん、めんつゆ、しょうが、酒、かつお節、油)	かぶのグリル (かぶ、かぶの葉、玉ねぎ、鶏がら、ガーリックパウダー)	きくらげの中華サラダ (きくらげ、水菜、もやし、鶏がら、しょう油、ごま油)	みそ汁 (白菜、わかめ、みそ)		チャーハン、牛乳 (米、かにかまぼこ、グリーンピース、にんじん、しょう油、砂糖、鶏がら、ごま油)
11	木	ウエハース 野菜ジュース	野菜ジュース	キャラットライス (米、にんじん、コンソメ、バター)	和風チキンカツ (鶏もも肉、塩、しょう油、みりん、しょうが、小麦粉、卵、パン粉、青のり、油、中濃ソース)	オニオンポテト (じゃが芋、玉ねぎ、コンソメ)	ブロッコリーのサラダ (ブロッコリー、コーン缶、酢、砂糖、塩、油)	スープ (ねぎ、赤パプリカ、鶏がら)	夏みかん	抹茶のチーズケーキ、牛乳 (小麦粉、クリームチーズ、生クリーム、卵、砂糖、抹茶パウダー、グラハムビスケット、バター、卵)
12	金	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さわらの西京焼き (さわら、白みそ、酒、砂糖、みりん)	ひじきの煮物 (ひじき、もやし、白滝、しょう油、砂糖)	にんじんのなめたけ和え (にんじん、いんげん、なめたけ)	すまし汁 (大根、チンゲン菜、しょう油、塩)		レモンブレッド、牛乳
13	土	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	鶏もも肉とアスパラのクリームスパゲッティー (スパゲッティー、鶏もも肉、アスパラガス、玉ねぎ、にんじん、ホワイトソース缶、豆乳、スキムミルク、コンソメ、オリーブ油)			トマトのハニーマリネ (トマト、はちみつ、砂糖、バジル粉)		グレープフルーツ	鮭と揚げ玉のおにぎり、牛乳 (米、鮭フレーク、小ねぎ、揚げ玉、めんつゆ、油、のり)
15	月	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ちくわのツナチーズ焼き (ちくわ、ツナ缶、粉チーズ、鶏がら)	小松菜のソテー (小松菜、にんじん、しょう油、コンソメ、油)	ハムのサラダ (ハム、玉ねぎ、レタス、レモン汁、砂糖、オリーブ油)	スープ (かぼちゃ、コーン缶、コンソメ)		ミルククッキー、牛乳 (小麦粉、砂糖、バター、練乳、牛乳)
16	火	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	鶏肉のごまだれソース (鶏もも肉、砂糖、みりん、しょう油、すりごま)	たけのこの煮物 (たけのこ、いんげん、しょう油、砂糖、かつお節)	キャベツと桜えびの和え物 (キャベツ、にんじん、桜えび、ポン酢、砂糖、ごま油)	みそ汁 (かぶ、かぶの葉、さつま芋、みそ)		黒糖レーズンロール、牛乳
17	水	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	あじの蒲焼き (あじ、酒、しょう油、砂糖、みりん、片栗粉、油)	きんぴらごぼう (ごぼう、にんじん、大豆、めんつゆ、しょうが、油)	カリフラワーのオーロラソース (カリフラワー、玉ねぎ、ケチャップ、マヨネーズ、スキムミルク)	すまし汁 (小ねぎ、しめじ、しょう油、塩)		ビーフン、牛乳 (ビーフン、豚ひき肉、ピーマン、にんじん、中華あじ、しょう油、砂糖、にんにく、ごま油)
18	木	にぼし 牛乳	麦茶	カレーライス (米、豚肩肉、にんじん、玉ねぎ、じゃが芋、カレールウ、スキムミルク、油)			フレンチサラダ (レタス、サニーレタス、コーン缶、酢、砂糖、塩、オリーブ油)		りんごゼリー (りんごジュース、砂糖、粉寒天)	きな粉ヨーグルト、麦茶 (ヨーグルト、きな粉、バナナ、砂糖、コーンフレーク)
19	金	ミレービスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さばのトマト煮 (さば、酒、トマト缶、玉ねぎ、ケチャップ、砂糖、コンソメ、にんにく、油)	切干大根の梅風味 (切干大根、にんじん、梅干し、しょう油、砂糖)	白和え (絹ごし豆腐、小松菜、突きこんにやく、しょう油、砂糖、すりごま)	みそ汁 (なす、みつば、みそ)		ウインナーパン、牛乳
20	土	胚芽スティック 牛乳	麦茶	レモンチキン丼 (米、鶏もも肉、ねぎ、キャベツ、レモン汁、鶏がら、にんにく、油)			チロレギサラダ (水菜、にんじん、しょう油、砂糖、刻みのり、ごま油)		オレンジ	あんこパイ、牛乳 (パイシート、粒あん)
22	月	プルーン 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	えびとズッキーニの炒め物 (えび、ズッキーニ、にんじん、酒、みりん、中華あじ、しょう油、にんにく、油)	さつま揚げとチンゲン菜のうま煮 (さつま揚げ、チンゲン菜、オイスターソース、鶏がら)	パプリカのナムル (赤・黄パプリカ、玉ねぎ、しょう油、砂糖、ごま)	スープ (グリーンピース、カリフラワー、鶏がら)		しょう油ラーメン、牛乳 (中華麺、鶏ひき肉、きくらげ、にんじん、しょう油、鶏がら、にんにく、油)
23	火	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ポークジンジャー (豚肩肉、もやし、玉ねぎ、しょう油、砂糖、しょうが、油)	かぼちゃの煮物 (かぼちゃ、しょう油、砂糖)	かぶの塩昆布和え (かぶ、かぶの葉、にんじん、塩昆布、塩)	みそ汁 (ひじき、えのき、みそ)		チーズパン、牛乳
24	水	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かじきのコーンクリームソース (かじき、酒、コーン缶、コーンクリーム缶、牛乳、コンソメ、パセリ粉)	なすのソース炒め (なす、玉ねぎ、中濃ソース、砂糖、油)	オクラとわかめの酢の物 (オクラ、わかめ、にんじん、酢、砂糖、塩)	みそ汁 (にら、麩、みそ)		シュガードーナツ、牛乳 (ホットケーキミックス、牛乳、グラニュー糖、油)
25	木	クラッカー 牛乳	麦茶	ポロネーゼ (スパゲッティー、豚ひき肉、にんじん、玉ねぎ、トマト缶、大豆、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)			じゃが芋とクリームチーズの青のり和え (じゃが芋、いんげん、クリームチーズ、めんつゆ、青のり)		メロン	じゃこたくあん混ぜごはん、牛乳 (米、ちりめんじゃこ、たくあん、しょう油、鶏がら、油)
26	金	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	サーモンときのこのムニエル (サーモン、酒、片栗粉、しめじ、えのき、コンソメ、バター)	大根の煮物 (大根、小ねぎ、しょう油、鶏がら)	ごぼうときゅうりのマヨサラダ (ごぼう、きゅうり、マヨネーズ、スキムミルク)	スープ (サニーレタス、にんじん、コンソメ)		黒ごまあんぱん、牛乳
27	土	チーズ 麦茶	麦茶	たらこうどん (うどん、たらこ、ねぎ、玉ねぎ、ほうれん草、しょう油、鶏がら、オリーブ油)			キャベツの浅漬け (キャベツ、にんじん、しょうが、塩)		夏みかん	ピラフおにぎり、牛乳 (米、ウインナー、にんじん、パセリ粉、コンソメ、油、のり)
29	月	にぼし 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	酢鶏 (鶏もも肉、ピーマン、赤ピーマン、玉ねぎ、しょう油、酢、砂糖、鶏がら、ケチャップ、にんにく、しょうが、油、片栗粉)	チヂミ (にら、にんじん、小麦粉、片栗粉、しょう油、砂糖、ごま油)	ゆで枝豆 (枝豆、塩)	すまし汁 (水菜、まいたけ、しょう油、塩)		はちみつミルクプリン、せんべい、麦茶 (牛乳、砂糖、ゼラチン、はちみつ)(ばりんこ)
30	火	プルーン 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	はんぺんのみそマヨのせ (はんぺん、小ねぎ、コーン缶、みそ、マヨネーズ、スキムミルク、刻みのり)	小松菜の煮びたし (小松菜、玉ねぎ、油揚げ、しょう油、砂糖、すりごま)	ポテトサラダ (じゃが芋、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油)	スープ (ブロッコリー、大根、中華あじ)		バターソフト(いちごジャム)、牛乳

11日(木)6月誕生会 18日(木)カレークッキング(幼児部) 26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、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