

2021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	火	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	豚肉とオクラのみそ炒め (豚肩肉、オクラ、もやし、みそ、みりん、砂糖、酒)	きんぴらごぼう (ごぼう、にんじん、しょう油、みりん、砂糖、ごま、ごま油)	レタスの塩昆布和え (レタス、大根、塩昆布)	すまし汁 (水菜、なす、しょう油、塩)		カマンベールブレッド、牛乳
2	水	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ミートソーススパゲッティ (スパゲッティ、鶏ひき肉、玉ねぎ、ピーマン、にんじん、マッシュルーム缶、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、ウスターソース、砂糖、塩、オリーブ油)			コロコロサラダ (きゅうり、大豆、ミックスビーンズ缶、マヨネーズ、スキムミルク)		夏みかん	中華おこわ、牛乳 (米、もち米、豚肩肉、桜えび、ねぎ、にんじん、中華あじ、しょう油、砂糖、ごま油)
3	木	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	サーモンのムニエル (サーモン、酒、小麦粉、塩、バター)	小松菜のソテー (小松菜、もやし、しめじ、コンソメ)	マリネ (玉ねぎ、にんじん、酢、砂糖、塩、オリーブ油、パセリ粉)	スープ (カリフラワー、黄パプリカ、コンソメ)		チーズケーキ、牛乳 (小麦粉、砂糖、卵、クリームチーズ、生クリーム、レモン汁)
4	金	クラッカー 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、玉ねぎ、中華あじ、しょう油、みりん、酒、にんにく、油)	ひじきの煮物 (ひじき、いんげん、油揚げ、しょう油、みりん、砂糖)	ごま酢和え (かぶ、かぶの葉、キャベツ、酢、砂糖、練りごま)	みそ汁 (切干大根、小ねぎ、みそ)		ウインナーパン、牛乳
5	土	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	中華丼 (米、豚肩肉、ほうれん草、にんじん、きくらげ、しょう油、中華あじ、みりん、酒、片栗粉)			チョレギサラダ (サニーレタス、水菜、ねぎ、酢、砂糖、しょう油、ごま油、にんにく、刻みワケ)	スープ (かぼちゃ、グリーンピース、鶏がら)		紅茶クッキー、牛乳 (小麦粉、紅茶葉、バター、砂糖)
7	月	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かじきのチーズ焼き (かじき、酒、ピザ用チーズ)	さつま芋のレモン煮 (さつま芋、レーズン、レモン汁、砂糖)	ブロッコリーのオーロラソース (ブロッコリー、カリフラワー、マヨネーズ、ケチャップ)	スープ (チンゲン菜、赤パプリカ、もやし、中華あじ)		蒸しパン、牛乳 (ホットケーキミックス、コーン缶、玉ねぎ、ハム、牛乳、油)
8	火	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	豚肉のしょうが焼き (豚肩肉、玉ねぎ、しょうが、しょう油、みりん、砂糖、酒、油)	にんじんの炒め物 (にんじん、いんげん、しょう油、バター)	切干大根のサラダ (切干大根、きゅうり、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	みそ汁 (絹ごし豆腐、まいたけ、みそ)		いちごクリームパン、牛乳
9	水	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	ちくわの中華炒め (ちくわ、玉ねぎ、キャベツ、なす、鶏がら、しょう油、みりん、酒、油)	かぶのグリル (かぶ、かぶの葉、コーン缶、鶏がら)	中華和え (ほうれん草、もやし、きくらげ、しょう油、砂糖、ごま、ごま油)	スープ (春雨、にら、コンソメ)		あじさいゼリー、ウエハース、牛乳 (ぶどうジュース、牛乳、砂糖、粉寒天)(カル鉄ウエハース)
10	木	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	コロッケ (じゃが芋、豚ひき肉、玉ねぎ、グリーンピース、牛乳、スキムミルク、コンソメ、パン粉、油、中濃ソース)	わかめの炒め物 (わかめ、にんじん、桜えび、鶏がら、ごま油)	フレンチサラダ (レタス、きゅうり、トマト、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	みそ汁 (なす、しめじ、みそ)		きな粉マフィン、牛乳 (ホットケーキミックス、きな粉、スキムミルク、バター、砂糖、牛乳)
11	金	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さわらの西京焼き (さわら、白みそ、みりん、酒)	煮浸し (キャベツ、にんじん、油揚げ、しょう油、みりん、かつお節)	大根のゆかり和え (大根、水菜、ゆかり)	すまし汁 (三つ葉、そうめん、しょう油、塩)		レーズンブレッド、牛乳
12	土	クラッカー 牛乳	麦茶	焼きうどん (うどん、豚肩肉、チンゲン菜、にんじん、もやし、ピーマン、玉ねぎ、しょう油、酒、みりん、鶏がら)			さっぱりサラダ (キャベツ、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、しょう油、油)		オレンジ	ごまおかかおにぎり、牛乳 (米、ごま、かつお節、しょう油、のり)
14	月	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	鶏肉のバーベキューソース (鶏もも肉、ケチャップ、中濃ソース、みりん、砂糖、にんにく、バジル粉)	パプリカのソテー (赤・黄パプリカ、エリンギ、コンソメ、バター)	そら豆のサラダ (そら豆、レタス、にんじん、酢、砂糖、しょう油)	スープ (小松菜、じゃが芋、鶏がら)		フルーツヨーグルト、麦茶 (ヨーグルト、みかん缶、黄桃缶、コーンフレーク、砂糖)
15	火	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さばの塩焼き (さば、酒、塩)	ズッキーニのグリル (ズッキーニ、玉ねぎ、粉チーズ)	豆もやしのナムル (豆もやし、にんじん、しょう油、鶏がら、ごま油、ごま)	みそ汁 (大根、麩、みそ)		キャラメルブレッド、牛乳
16	水	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	チリコンカーン (豚肩肉、大豆、ミックスビーンズ缶、玉ねぎ、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、砂糖、オリーブ油)	コーンポテト (じゃが芋、コーン缶、コンソメ)	春雨サラダ (春雨、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油)	スープ (ブロッコリー、きくらげ、コンソメ)		ポパイチャーハン、牛乳 (米、ほうれん草、ベーコン、ねぎ、鶏がら、しょう油、油)
17	木	ウエハース 牛乳	麦茶	わかめごはん (米、炊き込みわかめ)	唐揚げ (鶏もも肉、しょう油、酒、にんにく、しょうが、片栗粉、油)	かぼちゃのグリル (かぼちゃ、バジル粉)	カリフラワーのヨーグルトサラダ (カリフラワー、水菜、ヨーグルト、酢、砂糖、粉チーズ)	スープ (ピーマン、にんじん、えのき、鶏がら)	メロン	オレンジケーキ、牛乳 (小麦粉、卵、砂糖、バター、B.P、マーマレードジャム)
18	金	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かれいの照り焼き (かれい、酒、しょう油、みりん、砂糖)	おからの炒り煮 (おから、にんじん、いんげん、しょう油、砂糖、油)	のり和え (キャベツ、玉ねぎ、ポン酢、砂糖、刻みワケ)	みそ汁 (オクラ、切干大根、みそ)		ツナコーンパン、牛乳
19	土	胚芽スティック 牛乳	麦茶	豚ひき肉のスタミナ丼 (米、豚ひき肉、にんじん、にら、玉ねぎ、しょう油、砂糖、みりん、にんにく、しょうが、ごま油)			トマトサラダ (トマト、もやし、きゅうり、酢、砂糖、塩、オリーブ油)		グレープフルーツ	マドレーヌ、牛乳 (小麦粉、卵、砂糖、バター、B.P、バニラエッセンス)
21	月	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	厚揚げのみそマヨ焼き (厚揚げ、コーン缶、クリームコーン缶、みそ、マヨネーズ、スキムミルク)	アスパラベーコン (アスパラガス、ベーコン、にんじん、玉ねぎ、鶏がら)	ごまサラダ (もやし、きゅうり、しょう油、砂糖、ごま、ごま油)	すまし汁 (しめじ、小松菜、しょう油、塩)		マカロニケチャップ、牛乳 (マカロニ、ピーマン、玉ねぎ、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、オリーブ油)
22	火	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	鶏肉のコーンフレーク焼き (鶏もも肉、しょう油、みりん、にんにく、コーンフレーク)	なすのオイスター炒め (なす、絹さや、まいたけ、オイスターソース、しょう油、油)	トマト	スープ (サニーレタス、もやし、コンソメ)		ミルクブレッド、牛乳
23	水	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	あじのパン粉焼き (あじ、酒、小麦粉、パン粉、バジル粉、油、中濃ソース)	こふき芋 (じゃが芋、塩)	ほうれん草の納豆和え (ほうれん草、にんじん、納豆、めんつゆ)	みそ汁 (キャベツ、ごぼう、みそ)		ひじきご飯、牛乳 (米、ひじき、にんじん、油揚げ、しょう油、みりん、砂糖)
24	木	ミレービスケット 野菜ジュース	野菜ジュース	チキンカレー (米、鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、カレールウ、スキムミルク、油)			カリフラワーのサラダ (カリフラワー、赤・黄パプリカ、酢、砂糖、しょう油)		オレンジ	ジャージャーめん、牛乳 (中華めん、豚ひき肉、ねぎ、みそ、しょう油、みりん、にんにく、しょうが、片栗粉)
25	金	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	オムレツ (卵、鶏ひき肉、ブロッコリー、玉ねぎ、牛乳、スキムミルク、コンソメ、ケチャップ)	小松菜の煮物 (小松菜、にんじん、大根、しょう油、みりん)	クルトンサラダ (レタス、きゅうり、クルトン、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	スープ (水菜、かぼちゃ、コンソメ)		ポテトサラダパン、牛乳
26	土	クラッカー 牛乳	麦茶	あんかけかた焼きそば (かた焼きそばめん、えび、白菜、にんじん、もやし、中華あじ、しょう油、みりん、ごま油)			浅漬け (キャベツ、かぶ、かぶの葉、塩昆布、しょう油)		バナナ	たぬきおにぎり、牛乳 (米、揚げ玉、青のり、めんつゆ、のり)
28	月	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	肉じゃが (豚肩肉、じゃが芋、にんじん、玉ねぎ、しらたき、しょう油、砂糖、みりん、酒)	茹で枝豆 (枝豆、塩)	ほうれん草のおかか和え (ほうれん草、もやし、しょう油、かつお節)	みそ汁 (油揚げ、ひじき、みそ)		レーズンスコーン、牛乳 (小麦粉、バター、砂糖、B.P、牛乳、レーズン)
29	火	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	はんぺんのピザ風 (はんぺん、玉ねぎ、ピーマン、ケチャップ、ピザ用チーズ)	かぼちゃの洋風煮 (かぼちゃ、にんじん、コンソメ)	きのこサラダ (エリンギ、えのき、レタス、ベーコン、ボン酢、砂糖)	スープ (チンゲン菜、コーン缶、鶏がら)		メープルブレッド、牛乳
30	水	どうぶつビスケット 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、酒、みりん)	キャベツのみそ炒め (キャベツ、小松菜、もやし、みそ、みりん)	さつま芋のサラダ (さつま芋、にんじん、レーズン、マヨネーズ、スキムミルク)	豆乳スープ (かぶ、かぶの葉、しめじ、豆乳、鶏がら)		ビーフン、牛乳 (ビーフン、赤パプリカ、にら、玉ねぎ、鶏がら、しょう油、みりん、にんにく、ごま油)