

2022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	水	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ミートソーススパゲッティ <small>(スパゲッティ、豚ひき肉、大豆、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、トマト缶、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、コンソメ、スキムミルク、にんにく、小麦粉、オリーブ油)</small>			スタミナサラダ <small>(キャベツ、もやし、水菜、にんにく、しょう油、砂糖、ごま)</small>		グレープフルーツ	ピラフ、牛乳 <small>(米、むきえび、赤パプリカ、コーン缶、コンソメ、バター、パセリ粉)</small>
2	木	どうぶつビスケット 牛乳	牛乳	ごはん <small>(米、押麦)</small>	はんぺん団子 <small>(はんぺん、鶏ひき肉、玉ねぎ、かにかま、ピザ用チーズ、塩、片栗粉、スキムミルク)</small>	アスパラベーコン <small>(アスパラガス、ベーコン、エリンギ、中華あじ、油)</small>	切干大根の甘酢和え <small>(切干大根、にんじん、酢、砂糖、しょう油、ごま油)</small>	スープ <small>(チンゲン菜、カリフラワー、鶏がら)</small>		和風カップケーキ、牛乳 <small>(ホットケーキミックス、砂糖、スキムミルク、つぶあん、抹茶パウダー、牛乳、バター)</small>
3	金	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	肉じゃが <small>(豚肩肉、じゃが芋、にんじん、玉ねぎ、しょう油、砂糖、みりん、酒、油)</small>	わかめの炒め物 <small>(わかめ、ねぎ、にんにく、しょう油、鶏がら、油)</small>	トマトとしらすのマリネ <small>(トマト、しらす、酢、砂糖、しょう油、オリーブ油)</small>	みそ汁 <small>(いんげん、なす、みそ)</small>		セサミブレッド、牛乳
4	土	胚芽スティック 麦茶	麦茶	チキンケチャップ丼 <small>(米、鶏もも肉、玉ねぎ、にんじん、エリンギ、中華あじ、ケチャップ、中濃ソース、スキムミルク、油)</small>			グリーンサラダ <small>(キャベツ、きゅうり、酢、砂糖、塩、油)</small>	スープ <small>(ピーマン、かぼちゃ、鶏がら)</small>		フルーツヨーグルト、麦茶 <small>(ヨーグルト、みかん缶、黄桃缶、白桃缶、コーンフレーク、砂糖)</small>
6	月	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	豚肉とキャベツのオイスター炒め <small>(豚肩肉、キャベツ、もやし、きくらげ、オイスターソース、鶏がら、ごま油)</small>	さつま芋のきんぴら <small>(さつま芋、しょう油、砂糖、黒ごま)</small>	チーズブロッコリー <small>(ブロッコリー、粉チーズ、オリーブ油)</small>	スープ <small>(レタス、コーン缶、鶏がら)</small>		鶏塩うどん、牛乳 <small>(うどん、鶏もも肉、水菜、塩、鶏がら)</small>
7	火	プルーン 牛乳	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	お麩オムレツ <small>(卵、ベーコン、麩、牛乳、スキムミルク、ピザ用チーズ、塩)</small>	トマトのポン酢煮 <small>(トマト、玉ねぎ、ポン酢、みりん)</small>	ごま和え <small>(小松菜、にんじん、しょう油、砂糖、すりごま)</small>	スープ <small>(しめじ、春雨、コンソメ)</small>		オレンジブレッド、牛乳
8	水	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	さばの梅みそ煮 <small>(さば、梅干し、みそ、酒、みりん、砂糖、しょうが)</small>	大豆煮 <small>(大豆、にんじん、ごぼう、しょう油、砂糖、みりん、酒)</small>	レタスの和風マヨネーズサラダ <small>(レタス、黄パプリカ、赤パプリカ、マヨネーズ、スキムミルク、めんつゆ)</small>	すまし汁 <small>(もやし、小ねぎ、しょう油、塩)</small>		あじさいゼリー、ウエハース、麦茶 <small>(ぶどうジュース、牛乳、砂糖、粉寒天)(カル鉄ウエハース)</small>
9	木	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	ガーリックバターチキン <small>(鶏もも肉、しょう油、酒、みりん、にんにく、バター)</small>	大根となめこの甘煮 <small>(大根、なめこ、みそ、砂糖、中華あじ)</small>	キャベツのゆかり和え <small>(キャベツ、水菜、ゆかりふりかけ)</small>	すまし汁 <small>(にんじん、三つ葉、しょう油、塩)</small>		スコーン、牛乳 <small>(小麦粉、バター、ベーキングパウダー、グラニュー糖、牛乳、いちごジャム、クリームチーズ)</small>
10	金	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	焼きししゃも <small>(ししゃも、鶏がら、酒)</small>	ビーフソテー <small>(ビーフ、鶏ひき肉、赤パプリカ、ねぎ、鶏がら、油)</small>	なめたけ和え <small>(チンゲン菜、もやし、なめたけ、しょう油)</small>	豆乳みそ汁 <small>(桜えび、ほうれん草、玉ねぎ、豆乳、みそ)</small>		豚まんおやき、牛乳
11	土	クラッカー 麦茶	麦茶	ペペロンチーノ <small>(スパゲッティ、ベーコン、玉ねぎ、キャベツ、にんじん、エリンギ、にんにく、中華あじ、オリーブ油)</small>			のり塩ポテト <small>(じゃが芋、青のり、塩)</small>		オレンジ	炊き込みおにぎり、牛乳 <small>(米、ひじき、油揚げ、しょう油、砂糖、のり)</small>
13	月	プルーン 牛乳	牛乳	ごはん <small>(米、押麦)</small>	しょうが焼き <small>(豚ロース肉、玉ねぎ、しょうが、しょう油、みりん、砂糖、酒、片栗粉)</small>	カレーマヨ炒め <small>(小松菜、コーン缶、カレー粉、しょう油、マヨネーズ)</small>	きゅうりの塩昆布和え <small>(きゅうり、塩昆布)</small>	みそ汁 <small>(白菜、切干大根、みそ)</small>		ソース焼きそば、牛乳 <small>(中華めん、鶏ひき肉、もやし、にら、中濃ソース、ウスターソース、鶏がら、油、青のり)</small>
14	火	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	さばのトマト煮 <small>(さば、エリンギ、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、砂糖、にんにく)</small>	ひよこ豆のコンソメ煮 <small>(ひよこ豆、玉ねぎ、コンソメ、パセリ粉)</small>	スパゲッティサラダ <small>(スパゲッティ、にんじん、キャベツ、コーン缶、マヨネーズ、スキムミルク)</small>	すまし汁 <small>(水菜、とろろ昆布、しょう油、塩)</small>		黒糖ブレッド、牛乳
15	水	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	麻婆豆腐 <small>(木綿豆腐、豚ひき肉、鶏レバー、ねぎ、にら、にんにく、しょうが、中華あじ、しょう油、赤みそ、砂糖、酒、スキムミルク、片栗粉、ごま油)</small>	もやしのとんこつ炒め <small>(もやし、にんじん、牛乳、鶏がら、しょう油、にんにく、ごま油)</small>	ほうれん草のお浸し <small>(ほうれん草、玉ねぎ、めんつゆ、かつお節)</small>	スープ <small>(ブロッコリー、しめじ、鶏がら)</small>		スパイシーライス、牛乳 <small>(米、ウインナー、玉ねぎ、ピーマン、中濃ソース、ウスターソース、コンソメ、カレー粉、油)</small>
16	木	ミレービスケット 牛乳	麦茶	とろろ昆布ご飯 <small>(米、とろろ昆布、昆布茶、ごま、塩)</small>	二種類唐揚げ <small>(鶏もも肉、コンソメ、青のり、酒、しょう油、鶏がら、にんにく、しょうが、片栗粉、油)</small>	千切りキャベツ、トマト <small>(キャベツ)(トマト)</small>	大根のシャキシャキサラダ <small>(大根、水菜、ツナ缶、酢、しょう油、砂糖)</small>	みそ汁 <small>(オクラ、かぶ、かぶの葉、みそ)</small>	メロン	夏みかんのバターケーキ、牛乳 <small>(夏みかん、小麦粉、バター、グラニュー糖、卵、ベーキングパウダー、塩、粉糖)</small>
17	金	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	かじきの塩レモン焼き <small>(かじき、酒、塩、レモン汁、オリーブ油、パセリ粉)</small>	ブロッコリーのチーズソテー <small>(ブロッコリー、にんじん、粉チーズ、油)</small>	さつま芋のサラダ <small>(さつま芋、レーズン、マヨネーズ、スキムミルク)</small>	すまし汁 <small>(ひじき、麩、しょう油、塩)</small>		枝豆ロール、牛乳
18	土	どうぶつビスケット 麦茶	麦茶	ガーリックライス <small>(米、豚肩肉、玉ねぎ、にんじん、鶏がら、しょう油、にんにく、油)</small>			きゅうりの漬物 <small>(きゅうり、昆布茶、しょう油)</small>	スープ <small>(なす、まいたけ、コンソメ)</small>		豆乳パナマフィン、牛乳 <small>(ホットケーキミックス、バナナ、砂糖、スキムミルク、バター、豆乳)</small>
20	月	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	ウインナーポトフ <small>(ウインナー、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、コンソメ、油)</small>	チンゲン菜の炒め物 <small>(チンゲン菜、新じゃが芋、鶏がら、油)</small>	梅アスパラサラダ <small>(アスパラガス、大豆もやし、梅干し、しょう油、砂糖)</small>	スープ <small>(わかめ、ねぎ、鶏がら)</small>		香味スパゲッティ、牛乳 <small>(スパゲッティ、桜えび、高菜漬、中華あじ、にんにく、オリーブ油)</small>
21	火	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	高野豆腐の肉ダレかけ <small>(高野豆腐、豚ひき肉、ねぎ、えのき、しょう油、砂糖、みりん、片栗粉)</small>	切干大根のみそ煮 <small>(切干大根、にんじん、みそ、砂糖、みりん)</small>	かぼちゃのレモンサラダ <small>(かぼちゃ、クリームチーズ、レモン汁、砂糖)</small>	すまし汁 <small>(ほうれん草、オクラ、しょう油、塩)</small>		黒ごまあんぱん、牛乳
22	水	プルーン 牛乳	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	えびチリ <small>(むきえび、玉ねぎ、もやし、ケチャップ、鶏がら、砂糖、にんにく、しょうが、片栗粉、油)</small>	小松菜の中華炒め <small>(小松菜、しめじ、鶏がら、ごま油)</small>	ゆでそら豆 <small>(そら豆、塩)</small>	スープ <small>(セロリ、コーン缶、コンソメ)</small>		ケーキサレ、牛乳 <small>(ホットケーキミックス、じゃが芋、ブロッコリー、ピザ用チーズ、牛乳、スキムミルク)</small>
23	木	胚芽スティック 牛乳	牛乳	ごはん <small>(米、押麦)</small>	ちくわの磯辺揚げ <small>(ちくわ、青のり、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー、油)</small>	ひじきソテー <small>(ひじき、にんじん、ベーコン、鶏がら、油)</small>	コロコロピクルス <small>(大根、赤パプリカ、黄パプリカ、酢、砂糖、塩)</small>	スープ <small>(にら、えのき、鶏がら)</small>		たくあんごはん、牛乳 <small>(米、小松菜、たくあん、しょう油、油)</small>
24	金	ウエハース 野菜ジュース	野菜ジュース	カレーライス <small>(米、鶏もも肉、じゃが芋、にんじん、玉ねぎ、カレールウ、スキムミルク)</small>			キャベツの塩昆布和え <small>(キャベツ、塩昆布、ごま油)</small>		オレンジ	オニオンブレッド、牛乳
25	土	コーンフレーク 牛乳	麦茶	たらこうどん <small>(うどん、たらこ、玉ねぎ、ほうれん草、しょう油、鶏がら、オリーブ油)</small>			コールスロー <small>(きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、スキムミルク)</small>		バナナ	たぬきおにぎり、牛乳 <small>(米、小ねぎ、揚げ玉、ごま、めんつゆ、のり)</small>
27	月	どうぶつビスケット 牛乳	牛乳	ごはん <small>(米、押麦)</small>	ゆかりチキン <small>(鶏むね肉、ゆかりふりかけ、マヨネーズ、酒、にんにく、片栗粉、油)</small>	大根のステーキ <small>(大根、しょう油、みりん、バター)</small>	トマトともずくの酢の物 <small>(トマト、もずく、酢、しょう油、砂糖、塩)</small>	みそ汁 <small>(キャベツ、いんげん、みそ)</small>		汁なし担々めん、牛乳 <small>(中華めん、鶏ひき肉、ねぎ、すりごま、みそ、しょう油、鶏がら、酒、砂糖、にんにく、しょうが、ごま油)</small>
28	火	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	あじの塩唐揚げ風 <small>(あじ、酒、鶏がら、片栗粉、油)</small>	じゃが芋の煮物 <small>(じゃが芋、にんじん、玉ねぎ、しょう油、砂糖、みりん)</small>	なすともやしのみそポン酢サラダ <small>(なす、もやし、みそ、ポン酢、砂糖)</small>	すまし汁 <small>(木綿豆腐、ほうれん草、しょう油、塩)</small>		クリームパン、牛乳
29	水	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	スコップ餃子 <small>(豚ひき肉、キャベツ、にら、にんにく、しょう油、砂糖、中華あじ、餃子の皮、ごま油、ポン酢)</small>	枝豆ガーリック <small>(枝豆、にんにく、鶏がら、油)</small>	ごぼうのサラダ <small>(ごぼう、にんじん、ごま、マヨネーズ、スキムミルク)</small>	スープ <small>(カリフラワー、まいたけ、鶏がら)</small>		納豆チャーハン、牛乳 <small>(米、納豆、小ねぎ、しょう油、鶏がら、油)</small>
30	木	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん <small>(米、押麦)</small>	さわらの照り焼き <small>(さわら、酒、しょう油、砂糖、みりん)</small>	キャベツのトマト煮 <small>(キャベツ、ベーコン、トマト缶、鶏がら、砂糖、オリーブ油、パセリ粉)</small>	もやしのナムル <small>(もやし、きくらげ、しょう油、ごま油)</small>	みそ汁 <small>(わかめ、玉ねぎ、みそ)</small>		カステラ風ケーキ、牛乳 <small>(ホットケーキミックス、卵、牛乳、砂糖、油、ザラメ)</small>

8日(水)あじさいゼリー 16日(木)誕生会 24日(木)幼児部カレークッキング

【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