

2017年6月 ★献立表★

*補食(時間外おやつ)は、飲み物とおせんべいやクッキー・パンなど出しています

しのめ保育園

日付	曜日	朝のおやつ		きいろのグループ		あかのグループ		みどりのグループ				3時のおやつ	
		3~5歳児	1・2歳児	主食	主菜	副菜1	副菜2	汁物	デザート				
1	木	牛乳	パン耳きなこ牛乳	ご飯 (米、押麦)	鶏肉のパン粉焼き (鶏もも、パン粉、塩、パセリ、オリーブ油)	ジャーマンポテト (じゃが芋、ベーコン、コーン、コンソメ、塩、油)	トマトのマリネ (トマト、玉葱、塩、砂糖、酢、オリーブ油)	コンソメスープ (しめじ、人参)					ジャージャー麺、麦茶 (中華麺、豚挽、葱、みそ、酒、にんにく、生姜、ごま油、片栗粉)
2	金	麦茶	バナナチップ豆乳	ご飯 (米、アマランサス)	カジキマグロの照り焼き (かじき、みりん、砂糖、醤油、生姜)	大豆のごぼう炒め (大豆、ごぼう、人参、醤油、みりん、砂糖、油)	わかめの酢の物 (わかめ、胡瓜、もやし、酢、砂糖、塩、醤油)	すまし汁 (葱、かぶ、かぶの葉)					ピザパン、牛乳
3	土	野菜ジュース	野菜ジュース	しらすチャーハン (米、しらす、卵、葱、しそ、鶏がら、しょうゆ、塩、ごま油)							春雨スープ (鶏小間、春雨、木耳、人参)	プラム	しのめ祭り
5	月	豆乳	チーズ豆乳	ご飯 (米、アマランサス)	はんぺんののり焼き (はんぺん、焼きのり、醤油、砂糖、みりん)	ひじきの炒り煮 (ひじき、人参、油揚げ、醤油、砂糖、油)	南瓜サラダ (南瓜、胡瓜、レーズン、マヨ、スキム)	みそ汁 (えのき、にら)					アジサイゼリー、おせんべい、麦茶 (牛乳、寒天、砂糖、かき氷シロップ(赤)(青))
6	火	麦茶	バナナ麦茶	ご飯 (米、押麦)	豚肉の生姜炒め (豚小間、玉葱、生姜、醤油、みりん、砂糖)	高野豆腐の煮物 (高野豆腐、人参、いんげん、醤油、砂糖、みりん、油)	水菜としめじの胡麻和え (水菜、しめじ、ごま、醤油、砂糖)	みそ汁 (なす、白菜)					ウインナーパン、牛乳
7	水	麦茶	パン耳チーズ麦茶	ご飯 (米、アマランサス)	カレイの磯辺揚げ (カレイ、小麦粉、青のり、油)	切干大根の煮物 (切干大根、人参、油揚げ、砂糖、醤油、みりん)	納豆和え (納豆、オクラ、ほうれん草、醤油)	すまし汁 (素麺、葱)					りんごのクランブル、牛乳 (りんご、小麦粉、バター、スキム、砂糖)
8	木	豆乳	コーンフレーク豆乳	マカロニグラタン (マカロニ、鶏小間、南瓜、玉葱、小麦粉、バター、牛乳、スキム、コンソメ、チーズ、パン粉、パセリ)		オレンジのサラダ (レタス、水菜、オレンジ、胡瓜、酢、塩、砂糖、オリーブ油)		コンソメスープ (キャベツ、コーン)					たけのこご飯、麦茶 (米、たけのこ、三つ葉、醤油、塩)
9	金	麦茶	レーズン牛乳	ご飯 (米、アマランサス)	鱈の蒲焼き (鱈、砂糖、醤油、みりん、片栗粉)	切り昆布の煮物 (切り昆布、人参、油揚げ、醤油、酒、砂糖、油)	豆腐サラダ (豆腐、水菜、レタス、ごま、醤油、砂糖、塩)	すまし汁 (花麩、ほうれん草)					うさぎパン、牛乳
10	土	牛乳	チーズ牛乳	タラコスパゲッティー (スパゲッティー、たらこ、しめじ、玉葱、昆布茶、油)		レタスサラダ (レタス、ハム、コーン、レモン汁、砂糖、オリーブ油)					オレンジ		わかめおにぎり、麦茶 (米、わかめふりかけ、のり)
12	月	豆乳	小魚豆乳	ご飯 (米、アマランサス)	鶏手羽の甘辛煮 (鶏手羽肉、砂糖、醤油、酒、生姜)	鮭じゃがサラダ (じゃが芋、鮭フレーク)	ほうれん草のお浸し (ほうれん草、もやし、人参、醤油、砂糖、かつお節)	コンソメスープ (玉葱、アスパラ)					フルーツヨーグルト、麦茶 (ヨーグルト、バナナ、みかん缶、桃缶、砂糖、コーンフレーク)
13	火	麦茶	ブルーベリー麦茶	ご飯 (米、押麦)	肉じゃが (豚小間、玉葱、じゃが芋、人参、白滝、酒、醤油、砂糖、絹さや)	厚焼き玉子 (卵、あさつき、桜えび)	枝豆	みそ汁 (ごぼう、油揚げ)					スペシャルレーズンブレッド、牛乳
14	水	牛乳	パン耳きなこ牛乳	ご飯 (米、アマランサス)	サーモンの和風ムニエル (サーモン、玉葱、醤油、みりん、酒、小麦粉)	きんぴらごぼう (ごぼう、人参、醤油、砂糖、みりん、ごま、油)	たくわんサラダ (たくわん、ハム、胡瓜、マヨ、スキム)	すまし汁 (卵、葱)					そうめん、麦茶 (素麺、黄ピー、オクラ、かまぼこ、醤油、みりん)
★15	木	野菜ジュース	野菜ジュース	ピラフ(米、人参、玉葱、ピーマン、バター、コンソメ)	えびフライ・タルタルソース (えび、小麦粉、卵、パン粉、油)(卵、マヨ、スキム、パセリ)	マッシュパンプキン (南瓜、牛乳、塩、バター)	サニーレタス/ミニトマト	コンソメスープ (セロリ、かぶ、人参)	バイゼリー(バイゼリー、砂糖、寒天、レモン汁)				アプリコットパウンドケーキ、麦茶 (小麦粉、卵、砂糖、バター、干しあんず、ベーキング粉、あんずジャム)
16	金	麦茶	コーンフレーク麦茶	野菜カレー (米、豚挽き、玉葱、黄ピー、赤ピー、なす、南瓜、ズッキーニ、油、スキム、カレールウ)		シーザーサラダ (レタス、胡瓜、粉チーズ、ヨーグルト、塩、クルトン)					オレンジ		クリームパン、牛乳
17	土	牛乳	こどもせんべい牛乳	ナポリタン (スパゲッティー、玉葱、ハム、ピーマン、オリーブ、ケチャップ、コンソメ)		きゃべつとツナのサラダ (きゃべつ、胡瓜、ツナ、マヨ、スキム)					グレープフルーツ		ゆかりおにぎり、麦茶 (米、ゆかり、ごま、のり)
19	月	牛乳	チーズ牛乳	ご飯 (米、アマランサス)	チンジャオロース (豚小間、葱、ピーマン、筍、にんにく、中華味、酒、醤油、オイスターソース)	レタスとえびの塩炒め (レタス、むき海老、酒、片栗粉、ごま油、塩、鶏がら、醤油、砂糖)	ナムル (もやし、人参、ほうれん草、塩、ごま、ごま油)	すまし汁 (にら、大根)					炊き込みご飯、麦茶 (米、ひじき、油揚げ、しめじ、醤油、塩、砂糖、酒)
20	火	麦茶	こんぶ麦茶	ご飯 (米、押麦)	鶏肉の甘酢煮 (鶏もも、酒、醤油、みりん、砂糖、酢、酒)	いんげんのみそ炒め (いんげん、もやし、玉葱、油、酒、みそ、みりん、醤油)	人参のツナマヨサラダ (人参、ツナ缶、コーン、塩、スキム、マヨ)	みそ汁 (豆腐、なめこ)					メープルブレッド、牛乳
21	水	麦茶	レーズン豆乳	ご飯 (米、アマランサス)	鯖の味噌煮 (鯖、生姜、味噌、酒、みりん)	のりサラダ (もやし、ほうれん草、のり、醤油)	きゃべつゆかり和え (きゃべつ、人参、ゆかり)	すまし汁 (麩、かまぼこ)					スコーン、牛乳 (ホットケーキ粉、砂糖、バター、牛乳)
22	木	牛乳	小魚牛乳	ご飯 (米、押麦)	肉豆腐 (豆腐、豚小間、白滝、玉葱、酒、醤油、みりん、砂糖、生姜)	胡瓜とカニカマのサラダ (胡瓜、カニカマ、塩、酢、砂糖)	洋風粉ふき芋 (じゃが芋、コンソメ、パセリ)	みそ汁 (なす、葱)					ビーフソテー、麦茶 (ビーフ、玉葱、ピーマン、鶏挽き、人参、鶏がら、酒、醤油、油)
23	金	麦茶	コーンフレーク麦茶	ご飯 (米、アマランサス)	オムレツ (卵、鶏挽き、ブロッコリー、玉葱、バター、ケチャップ)	ビーンズサラダ (大豆、ミックスビーンズ缶、いんげん、マヨ、スキム)	きゃべつソテー (キャベツ、ウインナー、油、コンソメ)	コンソメスープ (人参、白菜)					クロワッサン、豆乳
24	土	麦茶	こどもせんべい麦茶	ハヤシライス (豚小間、玉葱、人参、じゃが芋、油、ハヤシルウ、スキム)		コロコロサラダ (レタス、胡瓜、トマト、酢、塩、砂糖、ごま油)					りんご		プチバナナトースト、麦茶 (食パン、バナナ、バター、砂糖)
26	月	牛乳	バナナチップ牛乳	ご飯 (米、アマランサス)	冷しゃぶサラダ (豚ロース、レタス、胡瓜、塩、醤油、砂糖、ごま、味噌)	五目豆 (大豆、人参、ごぼう、こんにゃく、昆布、酒、みりん、醤油)	ブロッコリーのタラマヨソース和え (ブロッコリー、たらこ、マヨ、酒、スキム)	すまし汁 (舞茸、チンゲン菜)					カレーピラフ、麦茶 (米、玉葱、人参、コーン、バター、コンソメ、カレー粉)
27	火	麦茶	コーンフレーク麦茶	ご飯 (米、押麦)	こんがりチキン (鶏もも、にんにく、塩、オリーブ油)	きゃべつバター蒸し (きゃべつ、ベーコン、バター、パセリ、塩、オリーブ油)	トマトの卵和え (トマト、卵、砂糖、塩)	中華スープ (水菜、玉葱)					ハムロール、牛乳
28	水	麦茶	ブルーベリー麦茶	ご飯 (米、アマランサス)	鯖のお好み焼き風 (鯖、お好みソース、マヨ、かつお節、青のり)	がんもの煮物 (がんも、人参、醤油、砂糖)	ズッキーニとパプリカのマリネ (ズッキーニ、赤ピー、黄ピー、酢、塩、砂糖、オリーブ油)	みそ汁 (さつま芋、葱)					ウインナーチーズ蒸しパン、麦茶 (ホットケーキ粉、ウインナー、チーズ、スキム、油、牛乳)
29	木	豆乳	小魚豆乳	ご飯 (米、押麦)	味噌カツ (豚ひれ、小麦粉、卵、パン粉、油、赤みそ、砂糖、酒)	レタスの人参ソースサラダ (レタス、水菜、塩、酢、砂糖、オリーブ油、人参)	もやしとオクラのナムル (もやし、オクラ、ごま、ごま油、塩)	すまし汁 (えのき、小松菜)					冷やし中華、麦茶 (中華麺、胡瓜、トマト、卵、酢、醤油、砂糖、鶏がら、ごま油)
30	金	麦茶	レーズン麦茶	ご飯 (米、アマランサス)	ハンバーグ (豚挽き、鶏挽き、玉葱、ケチャップ、砂糖、ソース)	ローストポテト (じゃが芋、油、塩)	コールスローサラダ (キャベツ、胡瓜、人参、塩、マヨ、スキム)	コーンスープ (コーンクリーム缶、コーン缶、牛乳)					あんどうナッツ、牛乳

きいろのグループ

ちからのもとになる!

あかのグループ

からだをつくるもとになる!
(身体を大きくしてくれる)

みどりのグループ

*都合により献立、材料など変更がある場合があります。

からだをげんきにする(病気から守ってくれる)

☆15日は6月のお誕生日会です!