

6月給食献立表



今月のめあて

満3 安心した気持ちで食べる。 **年少** 給食の準備や片付けを自分でしようとする。

年中 口を閉じて、よく噛んで食べようとする。 **年長** 噛むことの良さを知って、自分の適切な噛み方を知り食べる。

日付	献立名	主な材料()はアレルギー28品目表示	なかよしおやつ
1 (月)	玄米ご飯 豚肉と厚揚げ野菜のみぞれ煮 ごぼうサラダ 味噌汁	【玄米ご飯】玄米 精白米【豚肉と厚揚げ野菜のみぞれ煮】豚バラ肉 厚揚げ にんじん なす ぶなしめじ ねぎ だいこんおろし ごま油(豚肉、大豆、さば、小麦、ごま)【ごぼうサラダ】きゃべつ ごぼう にんじん コーン いんげんまめ 卵不使用マヨネーズ(小麦、大豆)【味噌汁】わかめ じゃがいも たまねぎ なめこ(さば、大豆)	パリパリポテト(小麦、乳、大豆、鶏肉)
2 (火)	玄米ご飯 さけの塩昆布焼き カラフル野菜の納豆和え 味噌汁	【玄米ご飯】玄米 精白米【さけの塩昆布焼き】骨なしさけ 塩昆布 ごま油 レモン汁(さけ、小麦、大豆、胡麻)【カラフル野菜の納豆和え】ブロッコリー にんじん コーン 納豆 かつおのみじん粉(大豆、小麦)【味噌汁】豆腐 たまねぎ にんじん(大豆、さば)	ミニハートせんべい
	☆お茶のおけいこ(うみ)	干菓子	
3 (水)	押し麦ご飯 こだわりさつま揚げのじゃが煮 春雨トマトサラダ 味噌汁	【押し麦ご飯】押麦 精白米【こだわりさつま揚げのじゃが煮】さつまあげ じゃがいも にんじん たまねぎ いんげんまめ(さば、小麦、大豆)【春雨トマトサラダ】春雨 きゅうり トマト きゃべつ コーン いりごま ごま油(胡麻、小麦、大豆)【味噌汁】だいこん にんじん 刻み揚げ ねぎ(大豆、さば)	黄桃缶(もも)
4 (木)	味噌煮うどん 海藻サラダ りんご	【味噌煮うどん】うどん 鶏むね肉 はくさい 刻み揚げ だいこん にんじん ぶなしめじ ねぎ(小麦、鶏肉、大豆、さば)【海藻サラダ】しらす干し ごま油 わかめ きゃべつ もやし にんじん コーン ごま油(ごま、小麦、大豆)【果物】りんご(りんご)	畑のクラッカー(小麦)
5 (金)	玄米ご飯 あじのカレーパン粉焼き さっぱりパインサラダ 味噌汁	【玄米ご飯】玄米 精白米【あじのカレーパン粉焼き】あじ カレー 卵不使用マヨネーズ パン粉(小麦、大豆)【さっぱりパインサラダ】きゃべつ にんじん きゅうり パインアップル(小麦、大豆)【味噌汁】なす たまねぎ にんじん ねぎ(さば、大豆)	いもけんぴ
8 (月)	しらすわかめごはん 白身魚の胡麻みりん焼き 高野豆腐の含め煮 味噌汁	【しらすわかめごはん】玄米 精白米 わかめ しらす干し ごま油(小麦、大豆、ごま)【白身魚の胡麻みりん焼き】骨なしほき しょうが いりごま(小麦、大豆、胡麻)【高野豆腐の含め煮】高野豆腐 しいたけ だいこん にんじん いんげんまめ(大豆、小麦、さば)【味噌汁】豆腐 たまねぎ 刻み揚げ にんじん(大豆、さば)	バウムクーヘンカット(乳、卵、小麦、大豆)
	☆お茶のおけいこ(そら)	干菓子	
9 (火)	玄米ご飯 豚肉と野菜の炒め物 ぼん酢納豆和え 味噌汁	【玄米ご飯】玄米 精白米【豚肉と野菜の炒め物】豚もも肉 きゃべつ たまねぎ にんじん ピーマン もやし ガラスープ しょうが(豚肉、鶏肉、小麦、大豆)【ぼん酢納豆和え】ブロッコリー きゃべつ コーン 納豆 りんご酢 レモン汁(大豆、りんご、小麦、大豆、鯖)【味噌汁】ぶなしめじ にんじん じゃがいも わかめ(さば、大豆)	エースコインビスケット(小麦、乳、大豆)
	☆お茶のおけいこ(年中)	干菓子	
10 (水)	ミネラルだしラーメン 野菜のしらす和え オレンジ	【ミネラルだしラーメン】ちゃんぽん麺 自然派オリジナル魚介系ラーメンだし きゃべつ にんじん たまねぎ なら コーン(小麦、ごま、大豆)【野菜のしらす和え】ちんげんさい もやし にんじん しらす干し(さば、小麦、大豆)【果物】オレンジ(オレンジ)	クレープいちご(大豆)
11 (木)	押し麦ご飯 厚揚げブルコギ風炒め おろし和え 味噌汁	【押し麦ご飯】押麦 精白米【厚揚げブルコギ風炒め】厚揚げ ピーマン にんじん たまねぎ にんにく しょうが ごま油 いりごま(大豆、小麦、ごま)【おろし和え】ほうれんそう はくさい にんじん だいこんおろし(小麦、大豆)【味噌汁】ごぼう えのきたけ さつまいも(さば、大豆)	鯛あられ(大豆)
12 (金)	自然派口モコモ丼 パリパリサラダ ぶどうゼリー	【自然派口モコモ丼】玄米 精白米 野菜ハンバーグ 自然派トマト麺 トマトケチャップ トマト 無添加ブイヨン イタリア野菜ミックス(豚肉、鶏肉、大豆)【パリパリサラダ】皿うどん きゃべつ にんじん きゅうり(小麦、大豆)【ゼリー】ぶどうゼリー	牛乳かりんとう(乳、小麦)

日付	献立名	主な材料()はアレルギー28品目表示	なかよしおやつ
15 (月)	玄米ご飯 さばの塩焼き 甘辛大豆そぼろと野菜の炒め物 味噌汁	【玄米ご飯】玄米 精白米【さばの塩焼き】骨なしさば(さば)【甘辛大豆そぼろと野菜の炒め物】大豆ミンチ しょうが きゃべつ たまねぎ ピーマン にんじん(大豆、小麦)【味噌汁】豆腐 なめこ たまねぎ ねぎ(大豆、さば)	アスパラガスビスケット(小麦、ごま)
16 (火)	きつねうどん 焼きししゃも りんご	【きつねうどん】うどん 刻み揚げ こまつな にんじん しいたけ(小麦、大豆、さば)【焼きししゃも】子持ちししゃも(魚卵)【果物】りんご(りんご)	つなっこそんべい(小麦)
17 (水)	玄米ご飯 明治ごぼうメンチカツ 野菜のレモン麺サラダ 味噌汁	【玄米ご飯】玄米 精白米【自然派オリジナル明治ごぼうメンチカツ】明治ごぼうメンチカツ 中濃ソース(小麦、豚肉、鶏肉、大豆)【野菜のレモン麺サラダ】きゃべつ きゅうり にんじん コーン ツナ 自然派レモン麺(小麦、大豆)【味噌汁】かぼちゃ にんじん たまねぎ わかめ(さば、大豆)	米粉ドッグミニチョコレートクリーム(卵、大豆)
18 (木)	押し麦ご飯 あじの甘辛煮 野菜の納豆中華風和え 味噌汁	【押し麦ご飯】押麦 精白米【あじの甘辛煮】あじ しょうが(小麦、大豆)【野菜の納豆中華風和え】ほうれん草 にんじん きゃべつ 納豆 ごま油 ガラスープ いりごま(大豆、ごま、鶏肉、小麦)【味噌汁】だいこん 刻み揚げ にんじん ねぎ(大豆、さば)	きなこおかし
19 (金)	玄米ご飯 厚揚げ野菜のケチャップ炒め しらす野菜の磯和え 重ね煮味噌汁	【玄米ご飯】玄米 精白米【厚揚げ野菜のケチャップ炒め】厚揚げ たまねぎ ズッキーニ ピーマン なす ぶなしめじ 中濃ソース 無添加ブイヨン トマトケチャップ(大豆)【しらす野菜の磯和え】こまつな にんじん しらす干し 刻み海苔(さば、小麦、大豆)【重ね煮味噌汁】たまねぎ にんじん しいたけ(大豆)	ミレービスケットノンフライ(小麦)
22 (月)	玄米ご飯 さわらのかぼちゃの漬け焼き 栄養いっぱい煮物 わかめスープ	【玄米ご飯】玄米 精白米【さわらのかぼちゃ漬け焼き】さわらのかぼちゃ 漬け焼き(大豆)【栄養いっぱい煮物】芽ひじき 高野豆腐 にんじん 切干大根 いんげんまめ いりご粉末(大豆、小麦)【わかめスープ】たまねぎ にんじん わかめ ガラスープ ごま油(小麦、大豆、鶏肉、ごま)	うさぎのしっぽせんべい(大豆)
23 (火)	ちゃんぽん麺 豆サラダ オレンジ	【ちゃんぽん麺】ちゃんぽん麺 きゃべつ にんじん たまねぎ しいたけ きくらげ 豚もも肉 調整豆乳 ガラスープ しょうが にんにく(小麦、豚肉、鶏肉、大豆)【豆サラダ】きゃべつ にんじん ミックスビーンズ ブロッコリー 卵不使用マヨネーズ(小麦、大豆)【果物】オレンジ(オレンジ)	シガーフライ(小麦)
	☆誕生会	スティックゼリー(りんご)	
24 (水)	押し麦ご飯 豚肉と厚揚げのきんぴら炒め きゃべつ&ツナ甘酢和え 味噌汁	【押し麦ご飯】押麦 精白米【豚肉と厚揚げのきんぴら炒め】豚もも肉 厚揚げ ごぼう れんこん にんじん こんにゃく ぶなしめじ いんげんまめ ごま油 いりごま(豚肉、大豆、ごま、さば、小麦)【きゃべつ&ツナ甘酢和え】きゃべつ にんじん ツナ きゅうり コーン(小麦、大豆)【味噌汁】だいこん 刻み揚げ にんじん ちんげんさい(大豆、さば)	甘夏みかんゼリー(りんご)
25 (木)	玄米ご飯 鶏の塩麹焼き 切干大根のソース炒め 味噌汁	【玄米ご飯】玄米 精白米【鶏の塩麹焼き】鶏もも肉 塩麹(鶏肉、小麦、大豆)【切干大根のソース炒め】ちくわ 切干大根 きゃべつ にんじん たまねぎ ガラスープ 中濃ソース 青さ粉(小麦、大豆、鶏肉)【味噌汁】白玉麩 にんじん きゃべつ かぼちゃ(小麦、さば、大豆)	畑のクラッカー(小麦)
26 (金)	夏野菜カレー パリパリサラダ 青りんごゼリー	【夏野菜カレー】玄米 精白米 鶏むね肉 たまねぎ にんじん かぼちゃ なす 枝豆 カレールー・フレック(鶏肉、大豆)【パリパリサラダ】皿うどん きゃべつ にんじん きゅうり(小麦、大豆)【デザート】青りんごゼリー(りんご)	動物ヨーチ(乳、小麦、ゼラチン)
29 (月)	玄米ご飯 肉豆腐和風マカロニサラダ 味噌汁	【玄米ご飯】玄米 精白米【肉豆腐】豚もも肉 豆腐 はくさい にんじん 白玉麩 こんにゃく しいたけ いんげんまめ(豚肉、大豆、小麦、さば)【和風マカロニサラダ】マカロニ きゅうり にんじん コーン 卵不使用マヨネーズ(小麦、大豆)【味噌汁】切干大根 にんじん えのきたけ(さば、大豆)	クリームラスク(小麦)
30 (火)	玄米ご飯 白身魚のチリソース風 野菜の納豆和え 味噌汁	【玄米ご飯】玄米 精白米【白身魚のチリソース風】骨なしほき しょうが にんにく トマトケチャップ(小麦、大豆)【野菜の納豆和え】ブロッコリー きゃべつ にんじん コーン 納豆 かつおのみじん粉(大豆、さば、小麦)【味噌汁】刻み揚げ たまねぎ にんじん こまつな(大豆、さば)	★選べるおやつの日

★選べるおやつの日 今月に出たおやつからいくつかを提供して、選んで食べます。