

2022年度 6月普通食 予定献立

かえて保育園

承認印

日・曜	献立名	材料	おやつ	日・曜	献立名	材料	おやつ
1日(水)	マーボー丼 もやしナムル 中華風スープ バナナ	米、木綿豆腐、豚ミンチ、にんじん、たまねぎ、みそ、砂糖、しょうゆ、片栗粉 もやし、にんじん、きゅうり、ほうれん草、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、塩 醤油、わかめ、はくさい、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 バナナ	牛乳 お庭のラスク (焼き餅、バター、砂糖)	17日(金)	ごはん 鮭のから揚げ ほうれん草のお浸し みそ汁 ゼリー	米 鮭、しょうが、しょうゆ、酒、小麦粉、片栗粉、油 ほうれん草、ごま油、にんじん、コーン缶、うずあげ、酢、砂糖、しょうゆ 絹ごし豆腐、たまねぎ、じゃがいも、わかめ、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 水ようかん (こしあん、砂糖、寒天)
2日(木)	ラーメン キャバツのサラダ いりこ ゼリー	中華麺、鶏もも肉、チンゲンサイ、もやし、コーン缶、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、塩、ごま油 キャバツ、にんじん、きゅうり、しらす干し、酢、砂糖、塩、油 いりこ ゼリー	牛乳 揚げパン (ロールパン、きなこ、砂糖、油)	18日(土)	同園会		
3日(金)	豆ごはん 鶏の塩焼き ほうれん草の納豆和え みそ汁 ゼリー	米、えんどう豆、酒、塩 鶏(乳児は離)、塩 ほうれん草、にんじん、えのき、納豆、しょうゆ 絹ごし豆腐、たまねぎ、じゃがいも、うずあげ、わかめ、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 市販菓子	20日(月)	梅ごはん 鶏の煮付け ほうれん草の納豆和え みそ汁 ゼリー	米、梅干し、ちりめんじゃこ、大葉 鶏(乳児は離)、しょうが、しょうゆ、酒、みりん ほうれん草、にんじん、えのき、納豆、しょうゆ たまねぎ、じゃがいも、絹ごし豆腐、だいこん、わかめ、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 オレンジゼリー/ビスケット (オレンジジュース、アガー、砂糖、みかん缶)
4日(土)	チキンライス もやしサラダ みそ汁	米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、油 もやし、きゅうり、酢、砂糖、塩 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、みそ	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	21日(火) 誕生日会	ごはん/ふりかけ 鶏のから揚げ ココロサラダ〜トマトソース〜 キャバツのスープ ゼリー	米、ゆかり 鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、酒、小麦粉、片栗粉、油 じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、トマト キャバツ、たまねぎ、ベーコン、エリンギ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 誕生日ケーキ (小麦粉、砂糖、油、牛乳、卵、生クリーム、バナナ、みかん缶)
6日(月)	ごはん 鮭の照り焼き ひじきの煮物 すまし汁 ゼリー	米 鮭、砂糖、みりん、しょうゆ ひじき、大豆、にんじん、うずあげ、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、酒 絹ごし豆腐、たまねぎ、わかめ、えのき、にんじん、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 きなこトースト (食パン、きなこ、バター、砂糖)	22日(水)	カレーライス コールスローサラダ チーズ バナナ	米、牛肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、しめじ、りんご、カレールウ、油 キャバツ、にんじん、きゅうり、ツナ缶、マヨネーズ チーズ バナナ	牛乳 お庭のラスク (焼き餅、バター、砂糖)
7日(火)	ごはん/納豆 鶏肉のさっぱり煮 しらす菜の和え物 みそ汁 ゼリー	米、納豆 鶏もも肉、卵、しょうが、酢、砂糖、酒、しょうゆ しらす、キャバツ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、みりん 木綿豆腐、だいこん、うずあげ、かつお節布だし、みそ ゼリー	お茶 フルーツヨーグルト (ヨーグルト、砂糖、バナナ、みかん缶、いちご)	23日(木)	ミーツ/バグティ キャバツのサラダ 和風スープ ゼリー	スライス、焼きミンチ、にんじん、たまねぎ、トマト缶、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ キャバツ、きゅうり、しらす干し、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、だいこん、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 すいか/せんべい
8日(水)	ごはん 豚肉の生煮焼き キャバツの甘酢和え みそ汁 バナナ	米 豚肉、たまねぎ、しょうが、砂糖、しょうゆ、油 キャバツ、にんじん、きゅうり、もやし、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、じゃがいも、えのき、ほうれん草、焼き餅、かつお節布だし、みそ バナナ	牛乳 マッシュマロココンフレーク (マッシュマロ、ココンフレーク)	24日(金)	ごはん 鮭の照り焼き ポトサラダ たまねぎ、えのき、ほうれん草、キャバツ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	米 鮭、しょうゆ、砂糖、みりん じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ たまねぎ、えのき、ほうれん草、キャバツ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 アメリカンドッグ (ホットケーキミックス ウインナー、ケチャップ)
9日(木)	カレーうどん きゅうりとちくわの和え物 いりこ ゼリー	うどん、豚肉、たまねぎ、にんじん、うずあげ、焼き餅、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、塩、ルウ、片栗粉 きゅうり、ちくわ、わかめ、酢、砂糖、しょうゆ、塩 いりこ ゼリー	牛乳 きなこバナナ (バナナ、きなこ、砂糖)	25日(土)	ピピン丼 キャバツのサラダ 和風スープ	米、鶏むね肉、にんじん、もやし、しょうゆ、砂糖、酒、ごま油、塩 キャバツ、きゅうり、酢、砂糖、塩 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
10日(金)	ごはん 鶏の竜田揚げ 切り干し大根の甘酢和え すまし汁 ゼリー	米 鶏、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油 切り干し大根、きゅうり、にんじん、うずあげ、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、じゃがいも、えのき、たまねぎ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 ホットケーキ (ホットケーキミックス、牛乳、バター、油)	27日(月)	ごはん 鶏肉の照り焼き ごま油のおかか和え みそ汁 ゼリー	米 鶏もも肉、じゃがいも、砂糖、しょうゆ、みりん ごま油、ほうれん草、にんじん、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、かつお節布だし たまねぎ、えのき、だいこん、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 きなこバナナ (バナナ、きなこ、砂糖)
11日(土)	焼き鳥丼 きゅうりのごま酢和え 和風スープ	米、鶏もも肉、たまねぎ、長ねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、みりん、油 きゅうり、もやし、白ごま、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	28日(火)	ごはん 鶏の塩焼き なすとミニツの味噌炒め すまし汁 ゼリー	米 鶏(乳児は離)、塩 なす、鶏ミンチ、ねぎ、ピーマン、みそ、酒、みりん、しょうゆ、砂糖、しょうが、ごま油 絹ごし豆腐、たまねぎ、にんじん、えのき、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 菓子パン
13日(月)	四色丼 キャバツのおかか和え みそ汁 ゼリー	米、鶏むね肉、にんじん、ほうれん草、もやし、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒、白ごま、ごま油、塩 キャバツ、にんじん、きゅうり、かつお節布だし、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、たまねぎ、えのき、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 フライドポテト (じゃがいも、塩、油)	29日(水)	ごはん 肉じゃが 白和え すまし汁 ゼリー	米 牛肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、赤ごま油、いんげん、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 木綿豆腐、ほうれん草、にんじん、白ごま、みそ、砂糖、しょうゆ、みりん キャバツ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	お茶 フルーツヨーグルト (ヨーグルト、砂糖、バナナ、みかん缶、もも缶)
14日(火)	ごはん/ひじき納豆 鶏肉の塩焼き きゅうりのじゃこ和え すまし汁 ゼリー	米、ひじき、納豆、しょうゆ 鶏もも肉、じゃがいも、塩 きゅうり、にんじん、もやし、しらす干し、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、キャバツ、うずあげ、たまねぎ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 マカロニきなこ (マカロニ、きなこ、砂糖)	30日(木)	冷やし中華 黒豆 いりこ ゼリー	中華麺、鶏、きゅうり、もやし、豚肉、プチトマト、かつお節布だし、しょうゆ、酢、砂糖、みりん、ごま油 金時豆、砂糖 いりこ ゼリー	牛乳 きなこおはぎ (米、きなこ、砂糖)
15日(水)	ごはん 厚揚げの炒めもの キャバツともやしのサラダ みそ汁 バナナ	米 厚揚げ、豚ミンチ、チンゲンサイ、にんじん、焼き餅、しめじ、ウスターソース、砂糖、しょうゆ、ごま油 キャバツ、もやし、きゅうり、コーン缶、白ごま、酢、砂糖、塩、油 じゃがいも、エリンギ、わかめ、かつお節布だし、みそ バナナ	牛乳 ココロラスク (食パン、バター、砂糖)				
16日(木)	肉うどん 野菜のサラダ いりこ ゼリー	うどん、豚肉、かまぼこ、ねぎ、しょうゆ、砂糖、かつお節布だし、酒、みりん、塩 きゅうり、キャバツ、にんじん、酢、砂糖、塩、油 いりこ ゼリー	牛乳 おはち (米、みそ、砂糖、みりん)				

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・芋けんぴを日替わりで使用しています。
 ※納品の都合上、内容を変更する場合があります。
 ※かえて保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

およりりの部屋：廣田・信田より