

2023年度 6月普通食 予定献立

かえで保育園

承認印

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ
1日 (木)	カレーうどん	うどん、豚肉、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ、うすあげ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、葱、カレールウ、片栗粉	牛乳	17日 (土)	中華丼	米、にんじん、たまねぎ、はくさい、酒、しょうゆ、砂糖、かつお昆布だし、	牛乳
	キャベツのごま和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、ごま、酢、砂糖、塩、油、しょうゆ、	お麩のラスク (お麩、砂糖、バター)		きゅうりとわかめのサラダ	きゅうり、わかめ、酢、砂糖、塩、油	市販菓子
	いりこ	いりこ			すまし汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩	チーズ
	バナナ	バナナ					バナナ
2日 (金)	ごはん	米	牛乳	19日 (月)	ごはん/ひじき納豆	米、ひじき、納豆、しょうゆ	牛乳
	鱈の南蛮漬	鱈、たまねぎ、にんじん、砂糖、酢、しょうゆ、小麦粉、片栗粉、油、塩	きなこおはぎ (きなこ、砂糖、米)		鮭の照り焼き	鮭、しょうゆ、砂糖、みりん	マシュマロクラッカー (マシュマロ、クラッカー)
	切り干し大根の甘酢和え	切り干し大根、きゅうり、にんじん、もやし、酢、砂糖、塩、油			キャベツともやしの和え物	キャベツ、もやし、にんじん、酢、砂糖、塩、油	
	みそ汁	絹ごし豆腐、えのき、うすあげ、わかめ、しょうゆ、かつお昆布だし、米みそ			みそ汁	じゃがいも、たまねぎ、わかめ、米みそ、かつお昆布だし	
ゼリー	ゼリー		みしょうゴールド	みしょうゴールド			
3日 (土)	豚丼	米、豚肉、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、酒、油、みりん	牛乳	20日 (火)	麦ごはん	米、押し麦	牛乳
	きゅうりとわかめの和え物	きゅうり、わかめ、酢、砂糖、塩、油	市販菓子		鶏肉のさっぱり煮	鶏もも肉、卵、しょうが、酢、砂糖、酒、しょうゆ	焼きじゃが (じゃがいも、青のり、葱、油)
	すまし汁	絹ごし豆腐、わかめ、酒、しょうゆ、塩、かつお昆布だし	チーズ		しる菜の和え物	しる菜、キャベツ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、みりん、かつお節	
			バナナ		みそ汁	絹ごし豆腐、えのき、お麩、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
				ゼリー	ゼリー		
5日 (月)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳	21日 (水)	カレーライス	米、牛肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しめじ、りんご、カレールウ、油	牛乳
	鱈の煮つけ	鱈(乳児は鱈)、しょうが、しょうゆ、酒、みりん、砂糖	マシュマロコーンフレーク (マシュマロ、コーンフ レーク、バター)		コールスローサラダ	キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩	フルーツ盛り合わせ (りんご、バナナ、柑橘類)
	キャベツのサラダ	キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、塩、油			チーズ	チーズ	
	みそ汁	じゃがいも、たまねぎ、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ			ゼリー	ゼリー	
りんご	りんご						
6日 (火)	ピビン丼	米、鶏むね肉、にんじん、もやし、ほうれん草、しょうが、しょうゆ、ごま油、塩	牛乳	22日 (木)	しょうゆラーメン	中華麺、鶏もも肉、もやし、コーン缶、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、砂糖、みりん、葱、ごま油	牛乳
	マカロニサラダ	マカロニ、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、塩	じゃこトースト (食パン、しらす干し 青のり、マヨネーズ、 粉チーズ)		ブロッコリーのしらす和え	ブロッコリー、にんじん、キャベツ、しらす干し、酢、砂糖、しょうゆ、油	菓子パン
	すまし汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩			煮豆	煮豆	
	ゼリー	ゼリー			バナナ	バナナ	
7日 (水)	ごはん	米	お茶	23日 (金)	豆ごはん	米、えんどう豆、塩	牛乳
	厚揚げのツナマヨ焼き	厚揚げ、ツナ缶、コーン缶、マヨネーズ、青のり、しょうゆ、みりん	フルーツヨーグルト (ヨーグルト、砂糖、バナナ もも缶、みかん缶)		鮭の香味ソース焼き	鮭、しょうゆ、青ネギ、ごま油、酢、砂糖、白ごま	揚げパン (ロールパン、きなこ 砂糖)
	春雨ときゅうりのサラダ	春雨、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、塩、油、しょうゆ			ほうれん草の納豆和え	ほうれん草、納豆、えのき、にんじん、しょうゆ	
	すまし汁	たまねぎ、じゃがいも、わかめ、かつお昆布だし、鮭、しょうゆ			みそ汁	絹ごし豆腐、じゃがいも、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
ゼリー	ゼリー			ゼリー			
8日 (木)	きつねうどん	うどん、うすあげ、かまぼこ、葉ねぎ、しょうゆ、砂糖、かつお昆布だし、酒、みりん、塩	牛乳	24日 (土)	ツナチャーハン	米、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、塩、ごま油、ツナ缶	牛乳
	ひじきの煮物	ひじき、鶏肉、にんじん、大豆、かつお昆布だし、砂糖、しょうゆ、みりん	マカロニきなこ (マカロニ、きなこ、 砂糖)		もやしの和え物	もやし、きゅうり、酢、砂糖、塩、油	市販菓子
	いりこ	いりこ			すまし汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩	チーズ
	バナナ	バナナ					バナナ
9日 (金)	ごはん	米	牛乳	26日 (月)	ごはん	米	牛乳
	鮭のから揚げ	鮭、しょうが、酒、しょうゆ、小麦粉、片栗粉、油	ホットケーキ (ホットケーキミックス、豆乳 油、イチゴジャム)		鶏肉の照り焼き～そら豆の塩焼き～	鶏もも肉、じゃがいも、砂糖、しょうゆ、みりん	チーストースト (食パン、マヨネーズ チーズ)
	もやしの和え物	にんじん、きゅうり、もやし、酢、砂糖、塩、油			小松菜のおかか和え	小松菜、ほうれん草、にんじん、うすあげ、しょうゆ、みりん、かつお節	
	すまし汁	絹ごし豆腐、えのき、ほうれん草、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩			みそ汁	絹ごし豆腐、じゃがいも、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
ゼリー	ゼリー			ゼリー			
10日 (土)	チキンライス	米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、油	牛乳	27日 (火)	ごはん/えのきの佃煮	米、えのき、しょうゆ、砂糖、みりん	牛乳
	きゅうりの和え物	きゅうり、キャベツ、酢、砂糖、塩、油	市販菓子		鱈の塩焼き	鱈、塩	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)
	和風スープ	絹ごし豆腐、わかめ、酒、しょうゆ、塩、かつお昆布だし	チーズ		白和え	木綿豆腐、ほうれん草、にんじん、白ごま、米みそ、砂糖、しょうゆ、みりん	
			バナナ		すまし汁	キャベツ、たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩	
				ゼリー	ゼリー		
12日 (月)	ごはん/手作りふりかけ	ごはん、かつお節、こんぶ、しょうゆ、みりん、ごま	牛乳	28日 (水)	麦ごはん	米、押し麦	牛乳
	鶏肉の照り焼き	鶏もも肉、じゃがいも、砂糖、しょうゆ、みりん	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)		肉じゃが	牛肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、葱、砂糖、みりん	お麩のラスク (お麩、砂糖、バター)
	小松菜のおかか和え	小松菜、ほうれん草、にんじん、かつお節、しょうゆ、みりん、			きゅうりの酢の物	キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、塩、油	
	みそ汁	たまねぎ、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ			みそ汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
ゼリー	ゼリー			ゼリー			
13日 (火) 誕生日会	ごはん/ふりかけ	米、ゆかり、白ごま	牛乳	29日 (木)	冷やし中華	中華麺、鶏ささみ、きゅうり、もやし、卵、プチトマト、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油	牛乳
	鶏肉のから揚げ	鶏もも肉、しょうが、葱、しょうゆ、小麦粉、片栗粉、油	誕生日ケーキ (小麦粉、砂糖、酢、油 生クリーム、バナナ、 みかん缶)		煮豆	金時豆、砂糖	ホットドッグ (ロールパン、キャベツ ウインナー、ケチャップ)
	ポテトサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩			いりこ	いりこ	
	和風スープ	たまねぎ、キャベツ、エリンギ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩			バナナ	バナナ	
ゼリー	ゼリー						
14日 (水)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳	30日 (金)	ごはん	米	牛乳
	厚揚げのもやしあんかけ	厚揚げ、豚ミンチ、もやし、にんじん、チンゲン菜、しょうゆ、みりん、砂糖、酒、片栗粉	水ようかん/せんべい (こしあん、寒天、砂糖)		鱈の竜田揚げ	鱈、片栗粉、油	フルーツヨーグルト (ヨーグルト、砂糖、バナナ もも缶、みかん缶)
	きゅうりのごま酢和え	きゅうり、キャベツ、にんじん、ごま、酢、砂糖、しょうゆ、塩、ごま油			キャベツのごま和え	キャベツ、にんじん、きゅうり、ごま、しょうゆ、酢、砂糖、塩、油	
	すまし汁	たまねぎ、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩			すまし汁	絹ごし豆腐、えのき、うすあげ、酒、しょうゆ、かつお昆布だし、塩	
バナナ	バナナ			ゼリー	ゼリー		
15日 (木)	ミートスパゲッティ	スパゲッティ、合い挽きミンチ、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	牛乳				
	キャベツとコーンのサラダ	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、塩、油	ココロラスク (食パン、バター、砂糖)				
	和風スープ	絹ごし豆腐、えのき、だいこん、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩					
	ゼリー	ゼリー					
16日 (金)	ごはん	米	牛乳				
	鶏のつくね焼き	鶏ミンチ、えのき、ひじき、木綿豆腐、砂糖、酒、しょうゆ、片栗粉、油	きなこバナナ (きなこ、砂糖、バナナ)				
	にんじんのごま和え	にんじん、きゅうり、キャベツ、白ごま、酢、砂糖、塩、油					
	すまし汁	たまねぎ、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩					
ゼリー	ゼリー						

※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。
 ※かえで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。

おりのりの部屋：廣田・信田より