

2017年6月



こ う ま 保 育 園 献 立 表

(献立は、都合により変更する場合があります)

保育目標:衛生に気をつけよう!(手洗いはていねいに。)

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				3歳以上児 3時おやつ	3歳未満児 10時おやつ 3時おやつ	日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				3歳以上児 3時おやつ	3歳未満児 10時おやつ 3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料・その他の食品					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料・その他の食品		
01 木	主食(パン) 果物 ハンバーガー フライドポテト ほうれん草と卵のバターソテー 乳酸りんご	パン、じゃがいも、小麦粉、油、パン粉	ホイップクリーム、牛乳、バター、スキムミルク、ごま、スライスチーズ、卵、合びき肉、ベーコン	にんじん、たまねぎ、コーン、ほうれん草、きゃべつ、しめじ、チェリー缶、果物	塩、こしょう、ゼリーストロベリー、しょうゆ、ケチャップ、カレー粉、乳酸りんご	ゼリーストロベリー	牛乳 ゼリーストロベリー	16 金	主食(ご飯) 果物 カレーライス(鶏) ヨーグルトサラダ 福神漬	米、じゃがいも、小麦粉、マーガリン、油	牛乳、鶏もも肉、ヨーグルト、スキムミルク	たまねぎ、みかん缶、パイン缶、にんじん、レーズン、グリーンピース、土生姜、にんにく、福神漬、バナナ、果物	ケチャップ、ウスターソース、鶏ガラ、カレー粉	クラッカー ビスケット ヤクルト	牛乳 クラッカー ビスケット カゼイ
02 金	主食(ご飯) カレーチャーハン 野菜スティック 果物	米、マヨネーズ、砂糖	スキムミルク、ウインナー、みそ、バター、ごま	にんじん、きゅうり、ブロッコリー、たまねぎ、コーン、グリーンピース、果物	しょうゆ、コンソメ、塩、カレー粉、ココア	クッキー クラッカー ココア	牛乳 クッキー クラッカー カゼイ	17 土	菓子パン ジュース 果物	菓子パン		果物	ジュース		
03 土	菓子パン ジュース 果物	菓子パン		果物	ジュース			19 月	主食(ご飯) 果物 梅ご飯 さんまの照り焼き そうめんみそ汁	米、そうめん、マヨネーズ、油、片栗粉	さんま、スキムミルク、みそ、しらす干し、油揚げ、ごま	きゃべつ、たまねぎ、青菜、にんじん、きゅうり、うめ干し、しょうが、果物	しょうゆ、みりん、ココア	揚せんべい クッキー ココア	牛乳 揚せんべい クッキー カゼイ
05 月	主食(ご飯) 果物 筑前煮 かき玉汁 きゅうりの酢物	米、板こんにやく、砂糖、油、片栗粉	牛乳、鶏もも肉、卵、豆腐、しらす干し、わかめ	きゅうり、青菜、れんこん、にんじん、たまねぎ、ごぼう、いんげん、しょうが、果物	しょうゆ、だしかつお、酢、みりん、だしこんぶ、塩、カルピス	ビスケット おせんべい カルピス	牛乳 ビスケット おせんべい カルピス	20 火	主食(ご飯) 果物 鶏肉のからあげ 小松菜のサラダ 型抜きチーズ	米、マヨネーズ、油、小麦粉、片栗粉	牛乳、ベーコン、かまぼこ、スキムミルク、ごま、チーズ(型抜き)、ホイップクリーム、鶏もも肉	こまつな、にんじん、たまねぎ、きゃべつ、にんにく、土生姜、さくらんぼ缶、果物	鶏ガラ、塩・こしょう、しょうゆ、プリンミックス	プリン	クッキー お茶 プリン
06 火	主食(ご飯) 果物 コロッケ マカロニサラダ 野菜スープ	米、ミートコロッケ(冷凍)、マカロニ、マヨネーズ、油	牛乳、ベーコン、ウインナー、ハム	にんじん、たまねぎ、きゃべつ、きゅうり、グリーンピース、レーズン、果物	ケチャップ、鶏ガラ、ゼリーの素	あじさいゼリー	クッキー お茶 あじさいゼリー	21 水	主食(ご飯) 果物 洋風ちらし寿司 野菜スープ ミニゼリー	米、砂糖、油	卵、ごま、かにかまぼこ、ハム	にんじん、こまつな、えのきたけ、さやえんどう、コーン、プチトマト、グリーンピース、ピーマン、果物	酢、しょうゆ、だしこんぶ、だしかつお、塩、誕生日ケーキ、ミニゼリー	誕生日ケーキ	おせんべい お茶 誕生日ケーキ
07 水	主食(ご飯) 果物 ふりかけ 炒め汁 さばのみそ煮 ごま酢和え	米、砂糖、油、片栗粉	さば、スキムミルク、ベーコン、ちくわ、みそ、ごま、牛乳	きゅうり、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、切り干しだいこん、青ねぎ、しょうが、果物	しょうゆ、みりん、だしかつお、酢	揚せんべい ラムネ 牛乳	カゼイ 揚せんべい ラムネ 牛乳	22 木	主食(パン) スパゲティーナポリタン シーザーサラダ 果物	パン、スパゲティ、マヨネーズ、オリーブ油、油、砂糖	ウインナー、ベーコン、粉チーズ	とうもろこし、きゃべつ、たまねぎ、きゅうり、ピーマン、にんじん、レモン果汁、果物	ケチャップ、酢、ウスターソース、塩、塩・こしょう、こしょう、アイスクリーム	アイスクリーム	ビスケット お茶 アイスクリーム
08 木	主食(ご飯) 酢豚 春雨サラダ 果物	米、油、片栗粉、マヨネーズ、はるさめ、砂糖、ごま油、小麦粉、ベーキングパウダー	豚肉、ハム、ごま、豆乳、卵	バナナ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、もやし、たけのこ(ゆで)、ピーマン、干しいたけ、しょうが、果物	ケチャップ、しょうゆ、酢、オイスターソース、みりん、鶏ガラ、乳酸りんご	バナナケーキ 乳酸りんご	ビスケット お茶 バナナケーキ 乳酸りんご	23 金	主食(ご飯) 果物 漬物 親子丼 白和え	米、砂糖、油	卵、豆腐、鶏もも肉、スキムミルク、かまぼこ、ごま	にんじん、たまねぎ、こまつな、だいこん(べつたら漬)、青ねぎ、干しいたけ、果物	しょうゆ、みりん、だしかつお、塩、ヤクルト	ビスケット おせんべい ヤクルト	牛乳 ビスケット おせんべい カゼイ
09 金	主食(ご飯) 果物 チクタクライス ごぼうサラダ チキンナゲット	米、マーガリン、砂糖、マヨネーズ、油	スキムミルク、卵、鶏ひき肉、ウインナー、うずら卵水煮、チキンナゲット	にんじん、たまねぎ、きゃべつ、ブロッコリー、グリーンピース、コーン、ごぼう、きゅうり、果物	ケチャップ、鶏ガラ、塩、しょうゆ、こしょう、りんごジュース	スナック菓子 クッキー りんごジュース	牛乳 スナック菓子 クッキー りんごジュース	24 土	菓子パン ジュース 果物	菓子パン		果物	ジュース		
10 土	菓子パン ジュース 果物	菓子パン		果物	ジュース			26 月	主食(ご飯) 果物 焼き肉 卵スープ 中華サラダ	米、油、砂糖、ごま油	牛乳、牛肉、卵、ごま、みそ、わかめ、かにかまぼこ	たまねぎ、きゃべつ、青菜、にんじん、ピーマン、パプリカ、青ねぎ、にんにく、きゅうり、もやし、果物	しょうゆ、みりん、鶏ガラ、塩、こしょう、酢	ラムネ クッキー 牛乳	カゼイ ラムネ クッキー 牛乳
12 月	主食(ご飯) 果物 肉団子とじゃがいものあまから煮 和え物 みそ汁	米、じゃがいも、油、砂糖	スキムミルク、豆腐、みそ、ごま、わかめ	ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、赤ピーマン、ピーマン、青ねぎ、果物	しょうゆ、だしかつお、みりん、ココア	おせんべい ビスケット ココア	りんごジュース おせんべい ビスケット カゼイ	27 火	主食(ご飯) 鶏肉のフライ 三色ソテー 果物	米、パン粉、マヨネーズ、油、小麦粉、食パン	鶏肉、卵、スキムミルク、バター、ホイップクリーム	きゃべつ、にんじん、いんげん、コーン、みかん缶、たまねぎ、パセリ、果物	酢、塩・こしょう、チョコクリーム	ホイップサンド	おせんべい お茶 ホイップサンド
13 火	主食(麺) 果物 焼きそば ピクルス しゅうまい	焼きそばめん、油、砂糖、ごま油	卵、豚肉、いか、さくらえび、しゅうまい、牛乳、スキムミルク	きゃべつ、にんじん、だいこん、きゅうり、たまねぎ、もやし、あおのり、果物	焼きそばソース、酢、塩、プチシュー	プチシュー のむヨーグルト	ビスケット お茶 プチシュー のむヨーグルト	28 水	主食(ご飯) 果物 肉じゃが 豆腐みそ汁 焼き魚	米、じゃがいも、しらたき、油、砂糖、焼ふ	豆腐、牛肉、みそ、油揚げ、さば	こまつな、たまねぎ、にんじん、いんげん、青ねぎ、果物	しょうゆ、だしかつお、みりん、だしこんぶ、塩、りんごジュース	おせんべい スナック菓子 りんごジュース	牛乳 おせんべい スナック菓子 りんごジュース
14 水	主食(ご飯) 牛肉の味噌丼 きゅうりの土佐和え 果物	米、砂糖、油	牛肉、卵、みそ、かつお節	きゅうり、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、しめじ、赤ピーマン、青ねぎ、うめ干し、果物	だしかつお、しょうゆ、みりん、オレンジジュース	クッキー あられ オレンジジュース	カゼイ クッキー あられ オレンジジュース	29 木	主食(ご飯) 果物 豚肉とたまねぎのカレー炒め ミモザサラダ チーズ	米、砂糖、マヨネーズ、油、片栗粉	豚肉、卵、ハム、チーズ、スキムミルク、ヨーグルト	ブロッコリー、たまねぎ、バナナ、にんじん、みかん缶、パイン缶、きゅうり、ピーマン、さくらんぼ缶、レーズン、果物	酒、塩、カレー粉	フルーツヨーグルト	クッキー お茶 フルーツヨーグルト
15 木	主食(ご飯) ポークビーンズ キャベツのベーコンドレッシング和え 果物	米、じゃがいも、砂糖、油、オリーブ油、わらびもち粉	豚肉、だいず(ゆで)、ベーコン、きなこ	きゃべつ、こまつな、にんじん、たまねぎ、いんげん、トマトピューレ、果物	ケチャップ、酢、しょうゆ、塩・こしょう	わらびもち ビスケット	おせんべい お茶 わらびもち ビスケット	30 金	主食(ご飯) 果物 ハヤシライス キャベツサラダ チーズ	米、じゃがいも、小麦粉、油、砂糖、はちみつ	牛肉、牛乳、ハム、バター、チーズ	たまねぎ、きゃべつ、ぶどう天然果汁、にんじん、きゅうり、トマトピューレ、グリーンピース、レーズン、果物	ケチャップ、ウスターソース、酢、鶏ガラ、カルピス	クラッカー クッキー カルピス	カゼイ クラッカー クッキー カルピス

☆1日(木)は、こま組のリクエスト献立です。