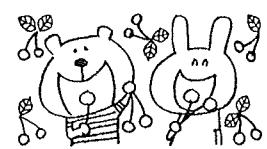




6月献立表



★カミカミメニュー

日曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
1 木	牛乳 チーズ	ごはん さばの梅煮 ひじきサラダ 豆腐の味噌汁 キウイフルーツ	米 さば、梅干し、生姜、醤油、砂糖、みりん ひじき、きゅうり、人参、大根、コーン、焼豚、マヨドレ、醤油、砂糖 豆腐、玉ねぎ、えのき、ほうれん草、味噌、煮干し キウイフルーツ	お茶 牛乳 ホロホロ 小麦粉、コーンスター ボーロ 粉砂糖、マーガリン	
		中華丼 ★カミカミサラダ 薄焼き せんべい	米、豚肉、玉ねぎ、人参、白菜、にら、醤油、中華味、片栗粉、ごま油 きゅうり、人参、キヤベツ、さきいか、ごま、酢、砂糖、醤油 春雨、長ねぎ、しめじ、わかめ、醤油、中華味、鶏ガラ バナナ		
		チャーハン ごま ビスケット オレンジ	米、玉ねぎ、人参、ピーマン、焼き豚、醤油、中華味 玉ねぎ、くずきり、えのき、細ねぎ、中華味、醤油、ごま油 オレンジ		
4 日	牛乳 パナナ	サラダ寿司 照り焼きチキン なめたけ和え 花ふのすまし汁 みょうかん	米、きゅうり、人参、蓮根、ツナ、かにかま、醤油、砂糖、ごま、すしのこ 鶏肉、醤油、みりん、砂糖、サラダ菜 キヤベツ、人参、オクラ、もやし、なめたけ、醤油 花麩、わかめ、玉ねぎ、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 みょうかん	お茶 牛乳 チーズ こいのぼり クッキー	米、小麦粉、砂糖、牛乳 小豆、ココア、砂糖 バター、アラザン
6 火		食パン チーズオムレツ ほうれん草ソテー ^{人參} ビーフシチュー ^{せんべい} キウイフルーツ	食パン 卵、玉ねぎ、ピーマン、人参、チーズ、牛乳、塩、ケチャップ、コンソメ ほうれん草、パプリカ、コーン、醤油、ごま油 牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、スナップエンドウ、シチュールウ キウイフルーツ		
7 水		ごはん さけの塩焼き(みどり酢) トマトサラダ なすの味噌汁 オレンジ	米 さけ、大根、きゅうり、塩、酢、醤油、砂糖 キヤベツ、人参、トマト、ブロッコリー、ツナ、マヨドレ、ごま なす、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し オレンジ		
8 木	牛乳 ピスコ	誕生会	♪お楽しみメニュー	お茶	♪
9 金	牛乳	ミートソーススパゲティー ★小松菜炒め 野菜 クラッカー	スパゲティー、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、粉チーズ、ケチャップ、コンソメ、砂糖、油 小松菜、蓮根、人参、ワイン、ごま、醤油、中華味、ごま油 かぼちゃ、醤油、砂糖、みりん、鰹節 すいか	お茶 牛乳 あじさい ヨーグルト	米 豚肉、玉ねぎ、人参、キヤベツ、ピーマン、味噌、みりん、ごま油 玉ねぎ、薄揚げ、えのき、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 キウイフルーツ
10 土	牛乳 ハッピーターン	そぼろ丼 中華スープ バナナ	米、鶏ミンチ、小松菜、もみのり、醤油、砂糖 豆腐、玉ねぎ、えのき、醤油、中華味、ごま油 バナナ	お茶 ジャム サンド	お茶 牛乳 食パン、苺ジャム
11 日	牛乳 きな粉 ウエハース	チーズカレー コールスローサラダ がんもどき煮 オレンジ	米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、チーズ、カレールウ キヤベツ、コーン、人参、トマト、パセリ、マヨドレ がんもどき、さやいんげん、醤油、砂糖、みりん、鰹節 オレンジ	お茶 牛乳 さつま芋 蒸しパン	お茶 牛乳 ホットケーキmix、砂糖 さつま芋、牛乳、油
12 月		麦ごはん 豚の生姜焼き マカロニサラダ じゃが芋の味噌汁 キウイフルーツ	米、押し麦 豚肉、玉ねぎ、ピーマン、もやし、生姜、醤油、みりん マカロニ、きゅうり、人参、かにかま、マヨドレ じゃが芋、玉ねぎ、豆腐、細ねぎ、味噌、煮干し キウイフルーツ	お茶 牛乳 ★ごま せんべい	お茶 牛乳 小麦粉、砂糖、ごま 砂糖、塩、油
14 水		冷やしうどん さすの天ぷら ★カラフルきんぴら ふかし芋	うどん、きゅうり、人参、ハム、もみのり、醤油、塩、みりん、鰹節 きす、天ぷら粉、塩、油 ごぼう、パプリカ、フレット、ごま、醤油、砂糖、ごま油 バナナ	お茶 牛乳 おかかチーズ おにぎり	お茶 牛乳 米、チーズ、米、チーズ、鰹節 醤油、みりん
15 木	牛乳	ごはん ささみのパン粉焼き 華風和え キヤベツの味噌汁 みょうかん	米 ささみ、マヨドレ、粉チーズ、パセリ、パン粉、塩、油 ひじき、人参、チングン菜、春雨、ツナ、練りごま、醤油、酢、砂糖、ごま油 キヤベツ、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し みょうかん	お茶 牛乳 かぼちゃ ようかん	お茶 牛乳 かぼちゃ、砂糖、牛乳 生クリーム、棒寒天

日曜日	午前おやつ	献立名	材料名	材料名
16 金	牛乳	レーズンパン 紅いも チップス	レーズンパン 鶏肉、玉ねぎ、ピーマン、しめじ、チーズ、マヨドレ、ケチャップ、塩 さつぱりサラダ 人参ポタージュ りんご	お茶 牛乳 お好み焼き粉、キャベツ 人参、青のり、桜エビ
17 土	牛乳	ツナ昆布おにぎり ビスケット オレンジ	米、ツナ、塩昆布、ごま 鶏肉、大根、玉ねぎ、さつま芋、豆腐、細ねぎ、味噌、煮干し オレンジ	お好み焼き 天かす、ソース
18 日				
19 月	牛乳	スタミナ丼 じゃが芋 せんべい バナナ	米、豚肉、小松菜、人参、パプリカ、にんにく、生姜、味噌、ごま油、みりん 春雨、人参、きゅうり、きくらげ、コーン、かにかま、マヨドレ 長ねぎ、わかめ、ごま、醤油、中華味、鶏ガラ バナナ	お茶 牛乳 シュガー トースト
20 火	牛乳	弁当の日		お茶・牛乳 ホット ケーキ
21 水	牛乳	五目ごはん あじのカレー焼き キヤベツの酢の物 長ねぎの味噌汁 甘夏柑	米、鶏肉、人参、ごぼう、椎茸、絹さや、醤油、みりん、砂糖、餡節 あじ、玉ねぎ、ピーマン、カレー粉、ごま油、塩 キヤベツ、人参、わかめ、かにかま、醤油、酢、砂糖 長ねぎ、厚揚げ、蓮根、豆苗、味噌、煮干し 甘夏柑	お茶 牛乳 ★くるくる ソーセージ
22 木	牛乳	ごはん 揚げ鶏のねぎソース あらめのごま煮 なめこ汁 すいか	米 鶏肉、生姜、細ねぎ、レタス、醤油、みりん、酢、片栗粉、油 あらめ、人参、さやいんげん、ごま、醤油、砂糖、鰹節 なめこ、大根、玉ねぎ、豆腐、細ねぎ、味噌、煮干し すいか	お茶 牛乳 みかん 寒天
23 金	牛乳	ロールパン かぼちゃの豆乳グラタン ワレットの炒め物 コンソメスープ キウイフルーツ	ロールパン かぼちゃの豆乳グラタン ワレット、人参、エリンギ、ベーコン、醤油、ごま油 玉ねぎ、セロリ、キヤベツ、コーン、醤油、コンソメ キウイフルーツ	お茶 牛乳 天かす 米、天かす、青のり、ごま おにぎり 醤油、みりん
24 土	牛乳	さけごはん 肉野菜炒め すまし汁 オレンジ	米、鮭フレーク、ごま 豚肉、玉ねぎ、人参、キヤベツ、ピーマン、味噌、みりん、ごま油 玉ねぎ、薄揚げ、えのき、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 オレンジ	お茶 フルーチェ
25 日				
26 月	牛乳	ごはん はんぺんのチーズフライ ★大根のゆかり和え とろろ汁 甘夏柑	米 はんぺん、チーズ、小麦粉、パン粉、油、ソース ★大根のゆかり和え とろろ汁 甘夏柑	お茶 牛乳 中華麺、人参、キヤベツ 玉ねぎ、天かす、ソース 中華味、ごま油、青のり
27 火	牛乳	親子丼 納豆サラダ 赤だし すいか	米、卵、鶏肉、玉ねぎ、人参、三つ葉、醤油、砂糖、みりん、鰹節 納豆、小松菜、もやし、キヤベツ、人参、ハム、マヨドレ、醤油、ごま 麩、玉ねぎ、わかめ、細ねぎ、赤味噌、煮干し すいか	お茶 牛乳 きな粉 ドーナツ
28 水	牛乳	バターロールパン マーマレードチキン オクラのクリームチーズ和え トマトとえのきスープ バナナ	バターロールパン マーマレード、醤油、みりん オクラ、人参、クリームチーズ、醤油、鰹節 玉ねぎ、トマト、えのき、絹さや、醤油、香味ペースト、鶏ガラ バナナ	お茶 牛乳 梅昆布 おにぎり
29 木	牛乳	中華風おこわ ししゃもの青のり揚げ ツナ和え 味噌スープ キウイフルーツ	米、餅米、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、蓮根、醤油、みりん、中華味、ごま油 ししゃも、青のり、天ぷら粉、油 わうれん草、人参、もやし、しめじ、ツナ、醤油、ごま油、ごま わかめ、長ねぎ、にら、鶏肉、味噌、中華味、鶏ガラ キウイフルーツ	お茶 牛乳 ヨーグルト ババロア
30 金	牛乳	五穀米 マーボー豆腐 ひじき煮 うの花 カリカリ漬け オレンジ	米、餅米、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、細ねぎ、赤味噌、中華味、ごま油、片栗粉 マーボー豆腐 ひじき煮 うの花 カリカリ漬け オレンジ	お茶 牛乳 ★ザクザク クッキー

※保育所行事、材料の都合等により、献立を変更する場合がありますのでご了承下さい。

※牛乳 3歳未満児／午前・午後 3歳以上児／午前のみ

