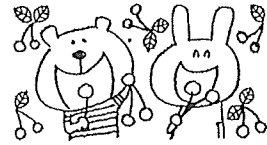




6月献立表



令和6年5月31日

★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	土	牛乳 ごま スティック	カレーライス キャベツとコーンサラダ バナナ	米、鶏肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、カレールウ キャベツ、人参、きゅうり、コーン、酢、砂糖、醤油、ごま バナナ	お茶 せんべい	
2	日					
3	月	牛乳 薄焼き せんべい	牛丼 納豆サラダ わかめスープ 清見オレンジ	米、牛肉、玉ねぎ、人参、白菜、糸こんにゃく、醤油、みりん、砂糖、鰹節 納豆、きゅうり、キャベツ、豆腐、人参、ハム、マヨドレ、醤油 わかめ、長ねぎ、しめじ、ごま、醤油、中華味、鶏ガラ 清見オレンジ	お茶 牛乳 フルーチェ	フルーチェ、牛乳
4	火	牛乳 チーズ	ピースごはん さけの塩焼き(みどり酢) 小松菜のなめたけ和え 豆腐の味噌汁 りんご	米、グリーンピース、塩 さけ、大根、きゅうり、塩、酢、醤油、砂糖 小松菜、人参、もやし、ささみ、なめたけ、醤油 豆腐、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し りんご	お茶 牛乳 パイ 蒸しパン	ホットケーキミックス パイ缶、レーズン 砂糖、牛乳、油
5	水	牛乳 バナナ	ロールパン エビフライ キャベツのカレーソーテー じゃが芋の豆乳スープ メロン	ロールパン エビフライ、ケチャップ、マヨドレ、油 キャベツ、人参、コーン、アスパラガス、トマト、カレー粉、中華味、ごま油 じゃが芋、玉ねぎ、パセリ、豆乳、コンソメ メロン	お茶 牛乳 こいのぼり クッキー	小麦粉、バター、ココア スキムミルク、砂糖 牛乳、バニラエッセンス
6	木	牛乳 紅いも チップス	ごはん 鶏肉の味噌チーズ焼き きゅうりの甘酢漬 はんぺんのすまし汁 キウイフルーツ	米 鶏肉、にら、生姜、チーズ、みりん、味噌 きゅうり、パプリカ、ごま、醤油、酢、砂糖、ごま油 はんぺん、玉ねぎ、えのき、三つ葉、醤油、塩、鰹節 キウイフルーツ	お茶 牛乳 ★カリカリ ポテト チップス	じゃが芋、青のり、塩 油
7	金	牛乳 かぼちゃ ボーロ	塩ラーメン ★さくさく春巻き ピーマンと昆布のナムル パイナップル	中華麺、焼豚、玉ねぎ、もやし、細ねぎ、塩、香味ペースト、ごま油、鶏ガラ 春巻きの皮、ささみ、青じそ、コーン、チーズ、小麦粉、塩、油 ピーマン、人参、塩昆布、ごま、ごま油 パイナップル	お茶 牛乳 ひじき おにぎり	米、ひじき、人参、薄揚げ 醤油、砂糖、みりん、鰹節
8	土	牛乳 せんべい	中華風おにぎり キャベツのゆかり和え にらスープ バナナ	米、焼豚、玉ねぎ、人参、ピーマン、醤油、中華味、ごま油 キャベツ、きゅうり、ゆかり、ごま 玉ねぎ、にら、厚揚げ、醤油、中華味 バナナ	お茶 ラスク	
9	日					
10	月	牛乳 チーズ	ごはん とびうおの蒲焼き オクラの梅和え じゃが芋の味噌汁 オレンジ	米 とびうお、小麦粉、醤油、砂糖、みりん、ごま、油 オクラ、きゅうり、人参、キャベツ、梅干し、醤油、砂糖、鰹節 じゃが芋、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し オレンジ	お茶 牛乳 くるくる ソーセージ	ホットケーキミックス 卵、ウインナー、ごま
11	火	牛乳 ふかし芋	ミートソーススパゲティー レパールのプルーン煮 れんこんサラダ すいか	スパゲティー、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、パセリ、粉チーズ、ケチャップ、コンソメ、砂糖、油 鶏レバー、プルーン、醤油、砂糖、みりん 蓮根、人参、きゅうり、ベーコン、醤油、砂糖、マヨドレ、ごま すいか	お茶 牛乳 ★味噌 五平餅	米、餅米、味噌、ごま 砂糖、みりん
12	水	牛乳 薄焼き せんべい	お弁当の日		お茶 牛乳 ドーナツ	ホットケーキミックス 牛乳、砂糖、バター、油
13	木	牛乳 うの花 クッキー	五穀米 じゃこの卵焼き ★いんげんのマヨ醤油和え しじみ汁 キウイフルーツ	米、五穀米 卵、ちりめんじゃこ、玉ねぎ、人参、プロックリー、牛乳、醤油、みりん、中華味、油 さやいんげん、人参、ささみ、ごま、醤油、マヨドレ しじみ、細ねぎ、味噌、煮干し キウイフルーツ	お茶 牛乳 ジャム サンド	食パン、苺ジャム
14	金	牛乳 ビスコ	誕生会			
15	土	牛乳 ハッピー ターン	わかめごはん 肉野菜炒め 豆腐のすまし汁 清見オレンジ	米、ふりかけわかめ 豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、味噌、みりん、中華味、ごま油 豆腐、玉ねぎ、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 清見オレンジ	お茶 バナナ ヨーグルト	ヨーグルト、バナナ
16	日					

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	材料名	
17	月	牛乳 人参 チップス	三色丼 ★切干大根の甘酢和え 五目スープ バナナ	米、卵、豚肉、ほうれん草、醤油、砂糖、みりん 切干大根、きゅうり、人参、トマト、ツナ、酢、醤油、砂糖、ごま油 大根、玉ねぎ、干椎茸、薄揚げ、豆腐、醤油、中華味、鶏ガラ バナナ	お茶 牛乳 ヨーグルト ケーキ	ホットケーキミックス、牛乳 ヨーグルト、マーガリン ブルーベリージャム、砂糖
18	火	牛乳 ブラン クッキー	ゆかりごはん ふんわり豆腐ナゲット 磯香和え うずまき麩の赤だし メロン	米、ゆかり 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、人参、ピーマン、片栗粉、中華味、ケチャップ、油 小松菜、人参、もやし、もみのり、醤油、ごま油 うずまき麩、玉ねぎ、わかめ、細ねぎ、赤味噌、煮干し メロン	お茶 牛乳 さげじゃが おやき	じゃが芋、鮭フレーク チーズ、塩、青のり
19	水	牛乳 チーズ	ごはん さわらの西京焼き わかめサラダ なめこ汁 清見オレンジ	米 さわら、マヨドレ、味噌、みりん わかめ、きゅうり、人参、もやし、コーン、かにかま、青じそドレッシング なめこ、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し 清見オレンジ	お茶 牛乳 セサミ ラスク	食パン、ごま、砂糖 マーガリン
20	木	牛乳 ごま ビスケット	洋風かきたまうどん ひじきサラダ かぼちゃのそぼろ煮 りんご	うどん、卵、鶏肉、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、醤油、コンソメ、鶏ガラ ひじき、大根、きゅうり、人参、トマト、ツナ、醤油、砂糖、マヨドレ 豚ミンチ、かぼちゃ、醤油、砂糖、みりん、鰹節、片栗粉 りんご	お茶 牛乳 おなかチーズ おにぎり	米、チーズ、鰹節 醤油、みりん
21	金	牛乳 きな粉 ウエハース	ごはん あじのハンバーグ パンパンジーサラダ 厚揚げの味噌汁 キウイフルーツ	米 あじのミンチ、玉ねぎ、人参、ゆで大豆、生姜、パン粉、塩、中農ソース、ケチャップ ささみ、きゅうり、人参、豆腐、酢、醤油、砂糖、練りごま 玉ねぎ、しめじ、厚揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し キウイフルーツ	お茶 牛乳 ★リボン かりんとう	小麦粉、ごま、砂糖 牛乳、油
22	土	牛乳 ハッピー ターン	鶏ごぼうおにぎり きゅうり漬 さつま汁 バナナ	米、鶏肉、人参、ごぼう、醤油、砂糖、みりん、鰹節 きゅうり、塩昆布、ごま油、ごま さつま芋、玉ねぎ、大根、薄揚げ、細ねぎ、味噌、鰹節 バナナ	お茶 牛乳 ポン菓子	
23	日					
24	月	牛乳 バナナ	ごはん さばの梅醤油煮 キャベツのごま酢和え なすの味噌汁 オレンジ	米 さば、梅干し、生姜、醤油、みりん、砂糖 キャベツ、人参、豆腐、かにかま、酢、醤油、砂糖、ごま なす、玉ねぎ、厚揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し オレンジ	お茶 牛乳 チーズの 包み揚げ	餃子の皮、チーズ、油
25	火	牛乳 野菜 クラッカー	キーマカレー マカロニサラダ ワレットのバター醤油炒め すいか	米、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、ピーマン、カレールウ マカロニ、きゅうり、人参、コーン、ツナ、マヨドレ ワレット、ベーコン、醤油、バター すいか	お茶 牛乳 ★カルシウム トースト	食パン、ちりめんじゃこ 桜えび、ひじき、チーズ パセリ、マヨドレ
26	水	牛乳 じゃが芋 チップス	あまからスタミナ丼 パンサンスー トマトとえのきスープ バナナ	米、豚肉、玉ねぎ、ピーマン、人参、生姜、にんにく、ケチャップ、味噌、砂糖、ごま油 春雨、きゅうり、人参、さくらげ、ささみ、酢、醤油、砂糖、ごま油、ごま 玉ねぎ、トマト、えのき、豆腐、醤油、中華味、鶏ガラ バナナ	お茶 牛乳 フルーツ スコーン	ホットケーキミックス りんご、レーズン、砂糖 マーガリン、牛乳
27	木	牛乳 どうぶつ ビスケット	ごはん ミンチカツ ★きんぴらごぼう 麩のすまし汁 メロン	米 豚ミンチ、玉ねぎ、人参、豆腐、パン粉、小麦粉、塩、中農ソース、油、レタス ごぼう、人参、ちくわ、ごま、醤油、砂糖、ごま油 花麩、玉ねぎ、しめじ、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 メロン	お茶 牛乳 焼きそば	中華麺、玉ねぎ、人参 にら、ツナ、ソース 中華味、青のり、ごま油
28	金	牛乳 ねじりん棒	黒糖パン ポテトグラタン シーザーサラダ 野菜コンソメスープ パイナップル	黒糖パン 鶏肉、玉ねぎ、じゃが芋、チーズ、パセリ、牛乳、シチューールウ レタス、きゅうり、人参、パプリカ、トマト、シーザードレッシング 玉ねぎ、セロリ、人参、チンゲン菜、醤油、コンソメ パイナップル	お茶 牛乳 天かす おにぎり	米、天かす、塩昆布 ごま、醤油
29	土	牛乳 せんべい	ナポリタンスパゲティー さつま芋サラダ オレンジ	スパゲティー、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、ピーマン、ケチャップ、コンソメ、油 さつま芋、きゅうり、人参、コーン、マヨドレ オレンジ	お茶 フルーチェ	フルーチェ、牛乳
30	日					

※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

