

2019年 6月の献立

乳幼児

あゆみ幼稚園

日	曜日	朝のおやつ (乳児)	お昼の献立	材料名	3時のおやつ	材料名
1	土	畑のクラッカー お茶	中華丼 春雨スープ/フルーツ	米・豚肉・白菜・人参・椎茸・チンゲン菜・土生姜・鶏ガラだし・ニンニク 春雨・わかめ・人参・豆苗/オレンジ	胚芽スティック 牛乳	胚芽スティック
3	月	ミルクスティック 牛乳	ごはん/カジキマグロの竜田揚げ じゃが芋の金平/小松菜のごま酢和え 麩と玉葱のみそ汁/フルーツ	米/カジキマグロ・土生姜 じゃが芋・人参・ピーマン/小松菜・キャベツ・ごま 麩・玉葱/オレンジ	ミルクパン 牛乳	ミルクパン (卵・乳製品)
4	火	カリボテスナック 牛乳	キーマカレー スパニッシュオムレツ ブロッコリー/フルーツ	白米・豚ミンチ・玉葱・人参・ピーマン・ニンニク・カレー粉・ケチャップ・ソース 卵・玉葱・人参・じゃが芋・ケチャップ ブロッコリー/りんご * 幼児は、昼食で牛乳を飲みます。	あじさいゼリー クリームサンドクラッカー お茶	ぶどうジュース・寒天 カルピス・寒天 クリームサンドクラッカー
5	水	ココア蒸しパン 牛乳	ごはん/鮭のバター醤油焼き もやしのサラダ/ひじき大豆煮 小松菜と揚げのみそ汁/フルーツ	米/鮭・バター もやし・胡瓜・コーン缶/ひじき・大豆・人参・グリーンピース 小松菜・うす揚げ/りんご	フルーツ ミレービスケット 牛乳	バナナ ミレービスケット
6	木	オレンジ お茶	ごはん/豚肉の生姜焼き 南瓜の甘煮/ほうれん草の和え物 キャベツのみそ汁/フルーツ	米/豚肉・土生姜・玉葱 南瓜/ほうれん草・もやし・人参 キャベツ・うす揚げ/りんご	わらび餅 牛乳	わらび餅粉・きな粉
7	金	きなこウエハース 牛乳	ごはん/サワラの塩麹焼き カロチンとえ えのきとわかめのみそ汁/フルーツ	米/サワラ・塩麹 ほうれん草・人参・南瓜・かつお節 えのき・わかめ・玉葱/りんご	豆乳ドーナツ 牛乳	ホットケーキミックス バター・豆乳・卵 グラニュー糖
8	土	紫芋チップ お茶	そぼろ丼 じゃが芋と玉葱のみそ汁/フルーツ	米・鶏ミンチ・土生姜・ほうれん草・コーン缶 じゃが芋・玉葱・人参/オレンジ	ねじりん棒カレー味 牛乳	ねじりん棒カレー味
10	月	カル鉄スティック 牛乳	ハヤシライス じゃが芋のソテー グリーンサラダ/フルーツ	白米・豚肉・玉葱・グリーンピース・ハヤシルー じゃが芋 キャベツ・胡瓜・人参・ピーマン・玉葱/オレンジ	ショコラロール 牛乳	ショコラロール (卵・乳製品)
11	火	ボンデケーキ お茶	ごはん/カレイの磯辺焼き 切干大根の煮物/キャベツのごま酢和え 玉葱とわかめのみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ・青のり 切干大根・うす揚げ・人参・干し椎茸/キャベツ・竹輪・ごま 玉葱・わかめ/りんご	手作りヨーグルト きな粉せんべい お茶	スキムミルク ブルーベリージャム きな粉せんべい
12	水	りんごの ソフトクッキー 牛乳	ごはん/鶏バーガー ブロッコリーの白和え/トマト うどん入りみそ汁/フルーツ	米/鶏ミンチ・キャベツ・玉葱・人参・椎茸 豆腐・ブロッコリー・人参・ごま/トマト うどん・うす揚げ・ほうれん草/バナナ	麩のラスク 牛乳	麩・マーガリン 生クリーム
13	木	バナナ お茶	ごはん/鮭の塩焼き 金平ごぼう/白菜のゆかり和え 揚げとわかめのみそ汁/フルーツ	米/鮭 ごぼう・人参・ピーマン/白菜・ゆかり うす揚げ・わかめ・玉葱/りんご	中華おこわ 牛乳	米・もち米・豚肉 人参・干し椎茸
14	金	ミレービスケット 牛乳	ごはん/野菜と納豆のかき揚げ 胡瓜と竹輪の和え物 なめこ豆腐のみそ汁/フルーツ	米/さつま芋・人参・玉葱・水菜・納豆 胡瓜・竹輪・もやし・ごま なめこ・豆腐/オレンジ	蒸しパン 牛乳	小麦粉・豆乳 ベーキングパウダー 桜の塩漬
15	土	野菜スティック お茶	焼鳥丼 南瓜と小松菜のみそ汁/フルーツ	米・鶏肉・玉葱 南瓜・小松菜・人参・玉葱/オレンジ	胚芽スティック 牛乳	胚芽スティック
17	月	シヤムサンド 牛乳	ごはん/フリの照焼き 高野豆腐の煮物/キャベツの甘酢和え じゃが芋のみそ汁/フルーツ	米/フリ 高野豆腐/キャベツ・胡瓜・人参 じゃが芋・玉葱/りんご	ミルクもち お茶	牛乳・片栗粉・きな粉
18	火	畑のスナック お茶	ごはん/蒸し鶏の中華和え/トマト なすの煮浸し 豆腐とわかめのスープ/フルーツ	米/鶏肉・白葱・土生姜・胡瓜・玉葱・コーン缶・水菜/トマト なす・土生姜・大葉 豆腐・わかめ・人参・豆苗/オレンジ	フルーツ 野菜スナック 牛乳	りんご 野菜スナック
19	水	バナナ 牛乳	ごはん/アジの南蛮漬け 揚げの五目煮/ブロッコリー さつま芋のみそ汁/フルーツ	米/アジ・玉葱・人参 うす揚げ・じゃが芋・人参・干し椎茸・三度豆/ブロッコリー さつま芋・玉葱/りんご	焼うどん 牛乳	うどん・竹輪・もやし キャベツ・青葱・青のり ソース・かつお粉
20	木	ひじきスティック お茶	<幼児適量の日> ※3・4・5歳児はお弁当です あんかけ丼 ほうれん草のしらす和え 南瓜のみそ汁/フルーツ	米・豚ミンチ・春雨・玉葱・人参・青葱 ほうれん草・竹輪・ちりめんじゃこ・ごま 南瓜・玉葱/バナナ	ストロベリーツイスト 牛乳	ストロベリーツイスト (卵・乳製品)
21	金	胚芽スティック 牛乳	<6月生まれ誕生会> アスパラごはん/カレー風味チキンカツ マゼドアンサラダ 豆腐のすまし汁/フルーツ	米・アスパラガス・ごま/鶏肉・カレー粉・小麦粉・パン粉 じゃが芋・胡瓜・人参・コーン缶・マヨネーズ 豆腐・うす揚げ・三つ葉/メロン・りんご	ココアカップケーキ 牛乳	ホットケーキミックス ココア・牛乳・生クリーム チョコチップ
22	土	きなこウエハース お茶	ホイコーロー丼 素麺のすまし汁/フルーツ	米・豚肉・キャベツ・人参・ピーマン 素麺・うす揚げ・青葱/オレンジ	ねじりん棒 牛乳	ねじりん棒
24	月	ミルクスティック 牛乳	ごはん/サワラの土佐焼き 胡瓜の酢の物/南瓜の甘煮 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/サワラ・かつお節・青葱 胡瓜・キャベツ・人参/南瓜 玉葱・麩/りんご	じゃが芋のチーズ焼き 牛乳	じゃが芋・チーズ 青のり
25	火	畑のクラッカー お茶	ビビンバ/豚肉の甘辛炒め みりん干し かき玉汁/フルーツ	米・ほうれん草・人参・もやし・ごま/豚肉・玉葱 みりん干し 卵・青葱/りんご	バインシャーベットの ビスコ 牛乳	バイン缶 ビスコ
26	水	カル鉄スティック 牛乳	ごはん/シューマイ 金時豆/ブロッコリー 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/豚ミンチ・キャベツ・椎茸・玉葱・シューマイの皮 グリーンピース・人参・コーン缶/金時豆/ブロッコリー 豆腐・うす揚げ・青葱/バナナ	人参おにぎり 牛乳	米・人参
27	木	手作りヨーグルト お茶	チキンカレーライス コールスローサラダ ゆで卵/フルーツ	白米・鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・ニンニク・カレールウ キャベツ・胡瓜・人参・コーン缶 卵/りんご	ピザトースト 牛乳	食パン・玉葱 ピーマン・チーズ
28	金	紫芋チップ 牛乳	ごはん/麻婆豆腐 春雨サラダ 竹輪の甘辛焼き/フルーツ	米/豚ミンチ・豆腐・干し椎茸・青葱・鶏ガラだし・ニンニク・土生姜 春雨・胡瓜・人参・コーン缶・マヨネーズ 竹輪・青葱/オレンジ	せんべい 牛乳	せんべい
29	土	野菜スティック お茶	豚丼 南瓜のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・玉葱・人参・青葱 南瓜・玉葱・えのき/オレンジ	ミレービスケット 牛乳	ミレービスケット

※ 主食の米は、微量栄養素(ビタミンB1・食物繊維・鉄など)をより多く摂取できるように、七分づき米を使用しています。
 ※ 調味料は記載以外に、出汁(昆布・青魚・鮭)・砂糖・醤油・みりん・酒・塩・こしょう・植物油・酢・片栗粉・味噌を使用しています。
 ※ アレルギー児については除去食で対応しています。
 ※ 乳児…朝のおやつは月・水・金、3時のおやつは毎日牛乳を飲みます。(3時のおやつが乳製品のときはお茶です)
 ※ 幼児…昼食時は月・水・金、3時のおやつは毎日牛乳を飲みます。
 ※ 延長保育には、フルーツ・菓子などの軽食を日替わりで提供しています。