

H29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	木	畑のクラッカー お茶	中華おこわ 棒々鶏 わかめのスープ/フルーツ	米・もち米・豚肉・人参・干し椎茸 鶏肉・胡瓜・キャベツ・もやし・トマト・ごま・青葱・土生姜 わかめ・春雨・チンゲン菜/オレンジ	ストロベリーツイスト 牛乳	ストロベリーツイスト (卵入り)
2	金	ミレービスケット 牛乳	ごはん/高野豆腐の玉子とし みりん干し/おかかピーマン ごぼうとえのきのみそ汁/フルーツ	米/高野豆腐・人参・卵 みりん干し/ピーマン・かつお節 ごぼう・えのき・玉葱/りんご	ゆかりとじゃこのおにぎり 牛乳	米・ゆかり・ごま ちりめんじゃこ
3	土	ひじきスティック お茶	チキンライス じゃが芋のソテー ビーフンスープ/フルーツ	米・鶏肉・玉葱・人参・グリーンピース・ケチャップ じゃが芋 ビーフン・小松菜・豆腐・人参/オレンジ	ねじりん棒 牛乳	ねじりん棒
5	月	紫芋チップ 牛乳	ごはん/カレイの照焼き キャベツのごま和え/さつま芋の甘煮 揚げのみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ キャベツ・人参・ほうれん草・ごま/さつま芋 うす揚げ・もやし/りんご	ミルクパントースト 牛乳	食パン・マーガリン 牛乳・グラニュー糖
6	火	ねじりん棒カレー味 お茶	ごはん/鶏肉の塩麹焼き きんぴらごぼう/金時豆 小松菜のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・塩麹・玉葱 ごぼう・人参・ピーマン/金時豆 小松菜・葱/オレンジ	りんご 野菜せんべい 牛乳	りんご 野菜せんべい
7	水	バナナ 牛乳	ごはん/豚じゃがバーグ 五目大豆煮/添えブロッコリー 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/豚肉・じゃが芋・ごま油 大豆・人参・板こんにやく・昆布・三度豆/ブロッコリー 豆腐・うす揚げ/りんご	焼きおにぎり 牛乳	米・かつお節
8	木	人参蒸しパン お茶	ごはん/鰹フライ 小松菜の和え物/じゃが芋の煮物 なめことわかめのみそ汁/フルーツ	米/鰹・小麦粉・パン粉・ソース 小松菜・もやし・人参/じゃが芋 なめこ・わかめ・玉葱/バナナ	ブルーベリーヨーグルト ビスコ お茶	ブルーベリージャム スキムミルク・ビスコ
9	金	胚芽スティック 牛乳	鮭とレタスのチャーハン 野菜ラーメン フルーツ	米・鮭・レタス・玉葱 中華麺・豚肉・白菜・もやし・人参・青葱・鶏ガラ オレンジ	麩のラスク 牛乳	麩・生クリーム マーガリン
10	土	野菜スティック お茶	豚丼 ほうれん草の和え物 けんちん汁/フルーツ	米・豚肉・玉葱・青葱 ほうれん草・人参 豆腐・大根・ごぼう・うす揚げ・青葱/りんご	畑のクラッカー 牛乳	畑のクラッカー
12	月	ミルクスティック 牛乳	ごはん/タンドリーチキン 五目きんぴら/ブロッコリー じゃが芋のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・カレー粉・ニンニク・土生姜・ヨーグルト ごぼう・板こんにやく・人参・れんこん・ピーマン・ごま/ブロッコリー じゃが芋・わかめ/りんご	ミルクパン 牛乳	ミルクパン (卵入り)
13	火	紫芋チップ お茶	ごはん/鰹の西京焼き 切り干し大根の煮物/胡瓜とわかめの酢の物 とろろ昆布汁/フルーツ	米/鰹 切干大根・人参・干し椎茸・うす揚げ/胡瓜・わかめ・キャベツ とろろ昆布・玉葱・青葱/オレンジ	おはぎ するめ 牛乳	もち米・きな粉 するめ
14	水	ジャムサンド 牛乳	ビビンバ/豚肉の甘辛炒め さつま芋のレモン煮 豆腐のスープ/フルーツ	米・ほうれん草・人参・もやし・ごま/豚肉・玉葱 さつま芋・レモン 豆腐・チンゲン菜・椎茸・人参/バナナ	オレンジ 胚芽スティック 牛乳	オレンジ 胚芽スティック
15	木	さつま芋スティック お茶	ごはん/カレイと豆腐の煮付 カロチンとえ 麩と三つ葉のみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ・焼豆腐・ごぼう 南瓜・人参・ほうれん草・かつお節 麩・玉葱・三つ葉/りんご	肉まん蒸しパン 牛乳	豚ミンチ・玉葱 椎茸・牛乳・小麦粉 ベーキングパウダー
16	金	カル鉄スティック 牛乳	ごはん/鶏じゃが 小松菜のごま和え 揚げとキャベツのみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・糸こんにやく・グリーンピース 小松菜・もやし・ごま うす揚げ・キャベツ/りんご	焼うどん 牛乳	うどん麺・竹輪 もやし・キャベツ 青のり・ソース
17	土	野菜せんべい お茶	中華丼 さつま芋のソテー 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・ニンニク さつま芋 春雨・わかめ・豆腐/オレンジ	ねじりん棒カレー味 牛乳	ねじりん棒カレー味
19	月	ミレービスケット 牛乳	カレーライス 野菜サラダ ゆで玉子/フルーツ	白米・鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・カレールウ・鶏ガラ・ニンニク キャベツ・人参・胡瓜・コーン缶 卵/りんご	抹茶ミルクもち お茶	抹茶・牛乳・片栗粉 きな粉
20	火	ダノンヨーグルト お茶	ごはん/鮭の塩焼き 五目大豆煮/ほうれん草のおひたし キャベツとわかめのみそ汁/フルーツ	米/鮭 大豆・ごぼう・人参・板こんにやく・昆布/ほうれん草・もやし キャベツ・わかめ/オレンジ	黒糖レーズン蒸しパン 牛乳	黒糖・レーズン 牛乳・小麦粉 ベーキングパウダー
21	水	ふかし芋 牛乳	ごはん/麻婆豆腐 中華サラダ ごまめ/フルーツ	米/豚ミンチ・豆腐・干し椎茸・青葱・鶏ガラ・ニンニク・土生姜 春雨・胡瓜・人参・コーン缶 ごまめ/バナナ	人参おにぎり 牛乳	米・人参
22	木	ねじりん棒 お茶	<幼児満足の日> ※3・4・5歳児はお弁当です ハヤシライス トマトサラダ さつま芋のソテー/フルーツ	白米・牛肉・玉葱・グリーンピース・ハヤシルウ トマト・キャベツ・胡瓜・もやし さつま芋/オレンジ	りんご ミレービスケット 牛乳	りんご ミレービスケット
23	金	ミルクスティック 牛乳	<6月生まれ誕生会> ちらし寿司 一口カツ/粉ふき芋/ブロッコリー 豆腐のすまし汁/フルーツ	白米・高野豆腐・干し椎茸・人参・卵・キヌサヤ 豚肉・小麦粉・パン粉・ケチャップ・ソース/じゃが芋/ブロッコリー 豆腐・三つ葉/メロン/りんご	フルーツサンド 牛乳	食パン・生クリーム バナナ・黄桃缶 みかん缶
24	土	野菜スティック お茶	チャーハン 南瓜の甘煮 キャベツのみそ汁/フルーツ	米・豚ミンチ・玉葱・人参・青葱 南瓜 キャベツ・ほうれん草・うす揚げ/りんご	野菜せんべい 牛乳	野菜せんべい
26	月	胚芽スティック 牛乳	ごはん/酢豚 シルバーサラダ わかめスープ/フルーツ	米/豚肉・さつま芋・玉葱・ピーマン・人参・土生姜・ケチャップ 春雨・胡瓜・コーン缶・マヨネーズ わかめ・チンゲン菜/オレンジ	チーズのボンデケーキ 牛乳	チーズ・白玉粉 小麦粉・牛乳 ベーキングパウダー
27	火	畑のクラッカー お茶	ごはん/フリの照焼き 南瓜の甘煮/白和え 素麺のすまし汁/フルーツ	米/フリ 南瓜/豆腐・ほうれん草・人参・板こんにやく・ごま 素麺・うす揚げ・青葱/りんご	昆布おにぎり 牛乳	米・昆布・ごま
28	水	バナナ 牛乳	ごはん/すき焼き風煮 キャベツの酢の物 さつま芋のみそ汁/フルーツ	米/豚肉・白菜・焼豆腐・玉葱・人参・糸こんにやく キャベツ・胡瓜 さつま芋・玉葱/オレンジ	いちごヨーグルト ビスコ お茶	イチゴジャム スキムミルク・ビスコ
29	木	きな粉サンド お茶	キーマカレー じゃが芋のソテー/ブロッコリー フルーツ	白米・合挽きミンチ・玉葱・人参・ピーマン・ニンニク・カレー粉・ケチャップ・ソース じゃが芋/ブロッコリー りんご	バナナ ミレービスケット 牛乳	バナナ ミレービスケット
30	金	カル鉄スティック 牛乳	人参ごはん/わかさぎの磯辺揚げ 小松菜の煮浸し/もやしソテー 豆腐とえのきのみそ汁/フルーツ	米・人参/わかさぎ・小麦粉・青のり 小松菜・うす揚げ/もやし 豆腐・えのき・青葱/りんご	シュガートースト 牛乳	食パン・マーガリン

※ 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、五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。(3時のおやつが乳製品のときはお茶です)
 ※ 延長保育には、おにぎり・パン・フルーツ・菓子などの軽食を日替わりで用意しています。