

6月 給食献立表

令和3年

日	曜	屋 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	3才以上 男 エネルギー	3才未満 女 エネルギー
1	火	ご飯 さけのムニエル さつまいもとツナの煮物 なめこの味噌汁	牛乳 アンパンマンビスケット 牛乳 マカロニきな粉	・さけ・まぐろ水煮 ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・きな粉	・精白米・薄力粉・有塩バター ・さつまいも ・アンパンマンビスケット ・マカロニ・スバゲティ・砂糖	・レモン・ほうれんそう・にんじん ・なめこ・たまねぎ・こまつな	543kcal 1.9g	488kcal 1.3g
2	水	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜の炒め煮 じゃがいもとキャベツの味噌汁	牛乳 マンナウエファー 牛乳 ココアケーキ	・若鶏もも肉・しらす干し ・油揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・片栗粉・調合油 ・ごま油・三温糖・じゃがいも ・マンナウエファー・薄力粉 ・有塩バター	・マーマレード・こまつな・キャベツ ・青ねぎ	581kcal 1.6g	482kcal 1.2g
3	木	ごはん 千草焼き 花野菜サラダ 大根とわかめの味噌汁 パナナ	牛乳 りんご 牛乳 あずき入り蒸しパン	・鶏卵・鶏ひき肉 ・大豆水煮・普通牛乳 ・ゆで大豆	・精白米・三温糖・なたね油 ・砂糖・ホットケーキミックス ・調合油	・にんじん・長ねぎ・グリーンピース ・カリフラワー・ブロッコリー ・キャベツ・コーン・だいごん ・カットわかめ・青ねぎ・バナナ ・りんご	539kcal 1.8g	449kcal 1.4g
4	金	《虫歯予防》ひじきごはん ししゃものぶらひ (鮎の塩焼き さつき組) 切干大根のサラダ (切干大根の煮物 さつき組) オレンジ	牛乳 ビスコ 牛乳 じゃこチーストースト おしゃぶり昆布：以上児	・ししゃも生干し ・ざんざけ・焼き竹輪 ・油揚げ・普通牛乳 ・しらす干し ・コーダチーズ	・精白米・砂糖・調合油 ・天ぷら粉・パン粉・いりごま ・ごま油・ビスコ・食パン	・にんじん・乾しいたけ・乾ひじき ・切干だいごん・きゅうり ・オレンジ・まこんぶ	620kcal 2.5g	632kcal 2.1g
7	月	ごはん 鯖のごまみそ焼き 大豆サラダ 麩とわかめのすまし汁	牛乳 アンパンマンビスケット 毎日強骨ヨーグルト700 マリービスケット	・さば・淡色辛みそ ・大豆水煮・普通牛乳 ・毎日強骨ヨーグルト700	・精白米・砂糖・いりごま ・マヨネーズ ・アンパンマンビスケット ・ビスケット	・キャベツ・にんじん・きゅうり ・レーズン・カットわかめ	556kcal 1.6g	509kcal 1.2g
8	火	ナポリタンスバゲティ ささみサラダ ジョア	牛乳 パナナ 牛乳 わかめおにぎり	・ウインナーソーセージ ・鶏ささ身・ジョア ・普通牛乳 ・わかめご飯の素	・マカロニ・スバゲティ ・調合油・マヨネーズ・精白米	・たまねぎ・にんじん・青ピーマン ・トマトゲチャフ・キャベツ・みすな ・レモン果汁・バナナ	616kcal 1.9g	549kcal 1.4g
9	水	マーボー丼 きゅうりとちりめんの酢の物 チーズ	牛乳 マンナビスケット 牛乳 どうぶつビスケット	・木綿豆腐・ぶたひき肉 ・淡色辛みそ ・蒸しかまぼこ ・しらす干し ・プロセスチーズ	・精白米・調合油・砂糖 ・片栗粉・マンナビスケット ・どうぶつビスケット	・にんじん・にら・きゅうり ・カットわかめ	568kcal 1.9g	508kcal 1.6g
10	木	《行事食》 ボークカレー ウインナー 焼きかぼちゃ コールスローサラダ オレンジ	牛乳 マリービスケット 牛乳 あじさいゼリー	・ぶたもも肉 ・ウインナーソーセージ ・ロールハム・普通牛乳	・精白米・じゃがいも ・カレールウ・マヨネーズ ・ビスケット・あじさいゼリー	・たまねぎ・にんじん ・トマトゲチャフ・くりかぼちゃ ・レッドキャベツ・キャベツ ・コーン・オレンジ	591kcal 2.1g	538kcal 1.6g
11	金	ふりかけご飯 アジのムニエル 春雨のさっと煮 五目味噌汁	牛乳 りんご 牛乳 カルピスの蒸しパン	・煮干し・あじ ・ぶたひき肉・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・乳酸菌飲料	・精白米・いりごま・薄力粉 ・有塩バター・はるさめ ・ごま油・砂糖・さつまいも ・ホットケーキミックス	・焼きのり・にんじん・長ねぎ ・しょうが・だいごん・はくさい ・カットわかめ・こねぎ・りんご ・黄桃缶	627kcal 2.1g	510kcal 1.5g
12	土	お弁当	牛乳 ビスコ 牛乳 ぼりんこ	・普通牛乳	・ビスコ			
14	月	ゆかりふりかけ ごはん 赤魚の煮つけ 大豆サラダ 麩とえのきの味噌汁	牛乳 マンナビスケット 牛乳 パナナスコーン	・あかうお・大豆水煮 ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・砂糖・マヨネーズ ・マンナビスケット ・ホットケーキミックス ・ソフトマカロン	・ゆかり(ふりかけ)・しょうが ・キャベツ・にんじん・きゅうり ・レーズン・えのきたけ・青ねぎ ・バナナ	546kcal 2.0g	457kcal 1.5g
15	火	ご飯 豚肉となすの味噌炒め ポテトサラダ 豆腐としめじのすまし汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 おはぎ (さつき組 おにぎり)	・ぶたもも肉 ・淡色辛みそ・ロールハム ・絹ごし豆腐・普通牛乳 ・きな粉	・精白米・調合油・じゃがいも ・マヨネーズ・お子様せんべい ・もち米・砂糖	・なす・ごぼう・にんじん ・青ピーマン・きゅうり・レタス ・ぶなしめじ・青ねぎ	659kcal 1.9g	558kcal 1.7g
16	水	ごはん すき焼き風卵とじ キャベツのごま酢和え パナナ	牛乳 りんご 牛乳 ハニーパン	・牛もも肉・焼き豆腐 ・鶏卵・普通牛乳	・精白米・しらす干し・砂糖 ・いりごま・食パン ・有塩バター・はちみつ	・長ねぎ・えのきたけ・はくさい ・たまねぎ・キャベツ・にんじん ・バナナ・りんご	576kcal 1.5g	472kcal 1.1g
17	木	ごはん 鯖の塩焼き 五目豆煮 玉ねぎとあげの味噌汁 パイン缶	牛乳 ビスコ 牛乳 パナナのヨーグルト和え	・さば・大豆水煮 ・油揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳 ・プレーンヨーグルト	・精白米・生いも板こんにゃく ・砂糖・ビスコ	・ごぼう・にんじん・乾しいたけ ・たまねぎ・青ねぎ・カットわかめ ・パインアップル・みかん ・バナナ	576kcal 1.3g	466kcal 0.9g
18	金	《食育の日》 ごはん 肉じゃが きゅうりとツナの酢の物 豆腐とあげの味噌汁	豆 牛乳 アンパンマンビスケット 牛乳 コロコロトースト	・グリーンピース・ぶたもも肉 ・まぐろ油漬 ・木綿豆腐・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・じゃがいも ・しらたき・調合油・砂糖 ・アンパンマンビスケット ・食パン・無塩バター	・たまねぎ・にんじん・きゅうり ・コーン・カットわかめ ・青ねぎ	583kcal 2.5g	521kcal 2.0g
21	月	ごはん ハンバーグ きゅうり 切干大根の煮物 キャベツの味噌汁	牛乳 マンナウエファー 毎日強骨ヨーグルト700 麦ふあ〜	・ハンバーグ ・焼き竹輪・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・毎日強骨ヨーグルト700	・精白米・砂糖 ・マンナウエファー・麦ふあ〜	・きゅうり・切干しいたごん ・にんじん・キャベツ・カットわかめ ・青ねぎ	512kcal 2.1g	454kcal 1.6g
22	火	ご飯 アジのから揚げ がんもどきの煮物 ほうれん草のスープ プチゼリー	牛乳 パナナ 牛乳 きな粉蒸しパン	・あじ・がんもどき ・ペーコン・普通牛乳 ・脱脂粉乳・きな粉・鶏卵	・精白米・片栗粉・調合油 ・砂糖・プチゼリー ・薄力粉・無塩バター	・はくさい・にんじん・たまねぎ ・ほうれんそう・くりかぼちゃ ・バナナ	631kcal 1.7g	531kcal 1.3g
23	水	しょうゆラーメン いんげんとササミのごまネーズ和え きょうざ パイン缶	牛乳 アンパンマンビスケット 牛乳 枝豆とじゃこのおにぎり	・ぶたもも肉 ・若鶏ささ身・普通牛乳 ・しらす干し	・中華めん・ごま油・むきごま ・マヨネーズ ・アンパンマンビスケット ・精白米	・にんじん・青ねぎ・カットわかめ ・ほうれんそう・さやいんげん ・にんじん・パインアップル缶詰 ・えだまめ	541kcal 2.3g	473kcal 2.0g
24	木	ごはん きれいの煮付け 高野豆腐のそぼろ煮 オレンジ	牛乳 りんご 牛乳 人参フレンチトースト	・凍り豆腐・鶏ひき肉 ・グリーンピース・鶏卵 ・普通牛乳・調整豆乳	・精白米・片栗粉・食パン ・有塩バター	・ほうれんそう・たまねぎ・にんじん ・乾しいたけ・オレンジ・りんご	639kcal 2.0g	521kcal 1.5g
25	金	《お誕生日会》 飯 豚カツ コロケ フレンチサラダ じゃが芋と長ネギの味噌汁	赤 牛乳 お子様せんべい 牛乳 プチケーキ	・あずき・ぶたヒレ肉 ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・ホイップクリーム	・精白米・もち米・ごま塩 ・パン粉・天ぷら粉・調合油 ・三温糖・じゃがいも ・お子様せんべい・カステラ	・キャベツ・にんじん・きゅうり ・みかん・長ねぎ	603kcal 1.4g	606kcal 1.6g
26	土	お弁当	牛乳 マンナビスケット 牛乳 源氏パイ	・普通牛乳	・マンナビスケット ・げんじパイ			
28	月	ごはん 鯖の味噌煮 かぼちゃのサラダ 豆腐としめじのすまし汁	牛乳 マンナウエファー 牛乳 ミレービスケット	・さば・淡色辛みそ ・絹ごし豆腐・普通牛乳	・精白米・砂糖・片栗粉 ・マヨネーズ ・マンナウエファー ・ミレービスケット	・しょうが・くりかぼちゃ ・レーズン・ぶなしめじ・長ねぎ	537kcal 1.1g	454kcal 0.8g
29	火	チャーハン 手作り焼売 チンゲン菜のスープ パナナ	牛乳 ビスコ 牛乳 フライドポテト	・焼き豚・ぶたひき肉 ・普通牛乳	・精白米・いりごま・調合油 ・きょうざの皮・ごま油 ・ビスコ・じゃがいも	・たまねぎ・にんじん・長ねぎ ・しょうが・チンゲンサイ・バナナ	490kcal 1.0g	411kcal 0.8g
30	水	ごはん 白身魚のカレームニエル おかかピーマン いものご汁 オレンジ	牛乳 りんご 牛乳 水無月	・たら・かつお節 ・鶏もも肉 ・普通牛乳	・精白米・薄力粉・有塩バター ・調合油・さいいも ・板こんにゃく・砂糖 ・甘納豆(あずき)	・青ピーマン・にんじん・まいたけ ・こまつな・長ねぎ・オレンジ ・りんご	481kcal 0.8g	409kcal 0.6g

※おやつの上段が午前のおやつ・下段は午後のおやつです。(午前のおやつは3歳未満児のみ)
※圖で使用しているかまぼこ・ちくわ・ハム・ペーコンには卵を含まないものを使用しています。
※食材の仕入れにより、献立が変更になる場合があります。