

献 立 表

2019年06月

はすねだこども園

日付	献立	材 料 名				午前おやつ	午後おやつ	行事持ち物	短時部給食提供有無
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料				
01 土	焼肉丼 ㊦弁当持参	米	ごま、牛肉	ピーマン、ねぎ、にんじん、たまねぎ、キャベツ	焼肉のたれ	せんべい等 お茶 ㊦おやつ持参	クッキー等 お茶 ㊦おやつ持参		無
03 月	鶏肉の照焼き 白菜のごま和え なめこのみそ汁	油、米、砂糖	油揚げ、淡色みそ、鶏もも肉、ごま	水菜、はくさい、ねぎ、にんじん、なめこ、しょうが	酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	ふわふわチップ ●牛乳	●ミルクかりんとう ㊦乳 ●牛乳		有
04 火	●鯖のみそ煮 ㊦魚（鶏肉のソテー） ☆きゅうりの酢の物 ㊦魚・甲殻類 すまし汁 オレンジ	砂糖、米	淡色みそ、絹ごし豆腐、●さば、☆かにかまぼこ	みつば、にんじん、しょうが、きゅうり、カットわかめ、オレンジ	酢、食塩、酒、みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	野菜スティック ●牛乳	豆餅 ●牛乳	5歳児 希望が丘	3・4歳児 有 5歳児 弁当
05 水	高野豆腐の含め煮 オクラのごま和え みそ汁	米、板こんにゃく、砂糖	淡色みそ、高野豆腐、鶏もも肉、かつお節	干しいたけ、れんこん、ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、オクラ	煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	ごま入り味付けいりこ ●牛乳	●クリームエスカルゴ ㊦卵・乳 ●牛乳		無
06 木	●さわらのごま味噌焼き ㊦魚（豚肉の味噌炒め） なすとインゲンのおかか和え すまし汁	米	淡色みそ、●さわら、ごま、かつお節	ねぎ、にんじん、なす、たまねぎ、しょうが、しいたけ、えのきたけ、インゲン	食塩、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	ゼリー お茶	★水無月 お茶	フォーク	有
07 金	未満児：通常保育弁当・水筒持参 / 以上児：親子遠足（弁当・水筒持参）					せんべい等 ㊦おやつ持参	おやつ		弁当
08 土	ハンバーガー 牛乳 ㊦弁当持参	パン粉、バーガーパン	合挽きミンチ、牛乳	トマト、たまねぎ、きゅうり	中濃ソース、食塩、こしょう、ケチャップ	麩菓子等 お茶 ㊦おやつ持参	タルト等 お茶 ㊦おやつ持参		無
10 月	●じゃこ入り卵焼き ㊦卵・魚（ハンバーグ） ほうれん草ソテー アスパラスープ	油、米、砂糖	●卵、ベーコン、●ちりめんじゃこ	ほうれんそう、ねぎ、にんじん、たまねぎ、コーン缶、グリーンアスパラガス、えのきたけ	中華粒、食塩、みりん、しょうゆ、こしょう	小魚スナック ●牛乳	★豆腐バナナドーナツ ●牛乳		有
11 火	焼肉 おくらスープ りんご	油、米	牛肉	りんご、ピーマン、にんじん、たまねぎ、キャベツ、オクラ、えのきたけ	食塩、コンソメ、こしょう、焼肉のたれ	玄米ぼんぼー ●牛乳	●★ビザトースト ㊦乳 ●牛乳		有
12 水	●赤魚の照焼き ㊦魚（鶏の照り焼き） ☆れんこんきんぴら ㊦魚 みそ汁	油、米、砂糖	淡色みそ、絹ごし豆腐、☆ちくわ、ごま、●あかうお	れんこん、にんじん、たまねぎ、しょうが、カットわかめ	酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	ひじきあられ ●牛乳	サッポロポテトベジタベル ミニ ●牛乳		無
13 木	赤こんにゃくの筑前煮 ☆そうめん汁 ㊦卵・魚 フルーツミックス缶	油、米、赤こんにゃく、砂糖、干しそうめん	鶏もも肉、☆かまぼこ	干しいたけ、ねぎ、にんじん、しめじ、ごぼう、インゲン、フルーツミックス缶	食塩、みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	ソフトせんべい塩味 ●牛乳	●リッツチーズサンド ㊦乳 野菜ジュース		有
14 金	なすと豚肉の味噌いため キャベツのおかか和え すまし汁 バナナ	油、米、砂糖、おつゆ麩	豚肉、淡色みそ、かつお節	バナナ、ねぎ、にんじん、なす、たまねぎ、しめじ、キャベツ	しょうゆ、かつお・昆布だし汁	セサミラスク ●牛乳	国産りんごのタルト ●牛乳	4歳児 希望ヶ丘 5歳児 京都水族館	3歳児 有 4・5歳児 弁当
15 土	弁当・水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					赤ちゃんせんべい等 お茶 ㊦おやつ持参	クッキー等 お茶 ㊦おやつ持参		無
17 月	☆豆腐のまご揚げ ㊦卵・甲殻類 ☆春雨サラダ ㊦卵・乳 みそ汁	油、片栗粉、米、砂糖、はるさめ、ごま油	☆卵、油揚げ、豚ひき肉、淡色みそ、☆ハム、しぼり豆腐、ごま、☆えび	みつば、にんじん、こまつな、キャベツ	酢、食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	ミレービスケット ●牛乳	●★ヨーグルト和え ㊦乳 お茶	スプーン	有
18 火	酢豚 中華スープ 夏みかん	油、片栗粉、米、砂糖	豚肉、ベーコン	干しいたけ、ピーマン、にんじん、なつみかん、チンゲンサイ、たまねぎ、たけのこ、しょうが、コーン缶	中華粒、酢、食塩、酒、しょうゆ、ケチャップ	水族館クッキー ●牛乳	ぼたぼた焼き ●牛乳		有
19 水	じゃがいものそぼろ煮 インゲンのごま和え みそ汁	油、片栗粉、米、砂糖、じゃがいも	淡色みそ、合挽きミンチ、ごま	ねぎ、にんじん、たまねぎ、しょうが、グリーンピース、インゲン	食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	玄米ぼんせん ●牛乳	●★ホットケーキ ㊦卵・乳 ●牛乳	フォーク	無
20 木	マーボー茄子 ナムル パイナップル	油、片栗粉、米、砂糖	豚ひき肉、淡色みそ、ごま	もやし、ほうれんそう、パイナップル、ねぎ、にんにく、にんじん、なす、しょうが	しょうゆ	●ヨーグルト ㊦乳 お茶	●エントリー ㊦乳 ●牛乳		有
21 金	豚肉のみぞれ煮 切り干しだいこんの梅和え みそ汁	油、片栗粉、米、砂糖、じゃがいも	豚肉、淡色みそ	梅肉、切り干しだいこん、青じそドレッシング、ひじき、ねぎ、にんじん、たまねぎ、だいこん、しょうが、きゅうり	食塩、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	さかなの学校 ●牛乳	ハードビスケット ●牛乳		有
22 土	ちゃんぽん ㊦弁当持参	中華めん	豚肉、ごま、かまぼこ、うずら卵	もやし、ねぎ、にんじん、たまねぎ、キャベツ	中華粒、しょうゆ	せんべい等 お茶 ㊦おやつ持参	雪の宿等 お茶 ㊦おやつ持参		無
24 月	鶏の梅じょうゆ焼き ●にんじんしりしり ㊦卵・魚（にんじんの甘煮） ☆もずくスープ ㊦魚・甲殻類	油、米、小麦粉	●卵、鶏もも肉、●ツナ油漬缶、☆かにかまぼこ	梅肉、もずく、みつば、にんじん、たまねぎ	中華粒、食塩、めんつゆ、しょうゆ、こしょう	しょうゆおかし ●牛乳	ハッピーターン りんごジュース		有
25 火	●あじの竜田揚げ ㊦魚（鶏肉のから揚げ） ☆磯和え ㊦卵・魚 豆乳みそ汁	油、片栗粉、米	豆乳、淡色みそ、☆かまぼこ、●あじ	もみのり、ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、しょうが、かぼちゃ、ねぎ	酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	ポップコーン ●牛乳	もち麦とごませんべい ●牛乳		有
26 水	チンジャオロース わかめスープ ●ゴールドキウイ ㊦キウイ（ゼリー）	油、片栗粉、米	牛肉、ごま	赤ピーマン、ピーマン、にんじん、たまねぎ、たけのこ、●ゴールドキウイフルーツ、カットわかめ、えのきたけ	中華粒、食塩、酒、しょうゆ、こしょう、オイスターソース	赤ちゃんせんべい ●牛乳	●★メロンパン ㊦乳 ●牛乳		無
27 木	炊き込みご飯 ●エビフライ ㊦卵・甲殻類（焼肉） ●添え野菜+マヨネーズ ㊦卵（青じそ味） コーンスープ メロン	油、米、小麦粉、●マヨネーズ、パン粉	●卵、油揚げ、鶏こま、●えび	干しいたけ、メロン、ブロッコリー、パセリ、にんじん、たまねぎ、コーン缶、クリームコーン缶	食塩、酒、みりん、しょうゆ、コンソメ、こしょう	はとむぎおこし ●牛乳	●キッズショート ㊦卵・乳 ●牛乳	誕生会 フォーク	有
28 金	☆豆腐ハンバーグ ㊦卵・乳 ☆きゅうりの甘酢和え ㊦魚 キャベツスープ	米、砂糖、パン粉、ごま油	☆卵、豚ひき肉、☆牛乳、ベーコン、☆ちりめんじゃこ、しぼり豆腐	にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ	酢、食塩、しょうゆ、コンソメ、こしょう、ケチャップ	紫いもチップ ●牛乳	●シスコーン ㊦乳 ●牛乳	スプーン	有
29 土	きつねうどん ㊦弁当持参	ゆでうどん	油揚げ、うずら卵	ねぎ、カットわかめ	食塩、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	ボーロ等 お茶 ㊦おやつ持参	ゼリー等 お茶 ㊦おやつ持参		無