

2020年06月

## 献立表

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 持ち物等	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月	●ちくわの磯辺揚げ ⑦卵、魚(牛肉ソテー) ゆかり和え なめこのみそ汁	油、小麦粉、てんぷら粉、米	油揚げ、味噌、●ちくわ	ねぎ、にんじん、なめこ、キャベツ、あおのり、ゆかり	煮干しだし汁・かつおだし汁	ふ菓子等 ●牛乳	●ビスコ ⑦乳 ●牛乳		無
02火	高野豆腐の含め煮 オクラのおかか和え みそ汁	板こんにゃく、砂糖、米	味噌、高野豆腐、鶏肉、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	ひじきあられ等 ●牛乳	★ミックスゼリー お茶	スプーン	3歳児 無 4・5歳児 有
03水	●たららの甘酢あんかけ ⑦魚(鶏の甘酢あんかけ) 粉ふき芋 チンゲン菜スープ	油、片栗粉、砂糖、じゃがいも、米	ベーコン、●たら	ピーマン、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、あおのり	中華粒、酢、食塩、酒、昆布だし汁、しょうゆ、コンソメ、こしょう、ケチャップ	ふわふわチップ等 ●牛乳	ベジタべる ●牛乳		無
04木	チンジャオロース わかめスープ バナナ	油、片栗粉、米	牛肉	赤ピーマン、ピーマン、バナナ、にんじん、たまねぎ、たけのこ、カットわかめ、えのきたけ	食塩、酒、昆布だし汁、しょうゆ、コンソメ、こしょう、オイスターソース	小魚スナック等 ●牛乳	●★マヨコーントースト ⑦卵、乳 ●牛乳		3歳児 無 4・5歳児 有
05金	じゃがいものそぼろ煮 ☆磯和え ⑦卵、魚 みそ汁	油、片栗粉、砂糖、じゃがいも、米	油揚げ、味噌、合挽きミンチ、☆かまぼこ	もみのり、ほうれんそう、ねぎ、にんじん、たまねぎ、しょうが、グリーンピース	食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	玄米ぼんぼり等 ●牛乳	●ミルクかりんとう ⑦乳 ●牛乳		3歳児 無 4・5歳児 有
06土	全園児弁当・水筒持参保育 ⑦弁当・水筒・おやつ持参					クッキー等 水筒 ⑦持参おやつ	せんべい等 水筒 ⑦持参おやつ		無
08月	●さわらの梅みそ焼き ⑦魚(ハンバーグ) ひじきの炒り煮 すまし汁	油、砂糖、つきこんにゃく、花麩、米	油揚げ、味噌、絹ごし豆腐、●さわら	梅肉、干しいたけ、みつば、ひじき、にんじん	食塩、酒、みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	きな粉ウエハース等 ●牛乳	●マリー ⑦乳 ●牛乳		有
09火	鶏肉のオレンジ焼き ☆ブロッコリーサラダ ⑦魚 野菜スープ	油、砂糖、米	鶏肉、ベーコン、☆ツナ缶	マーメレード、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、しょうが、コーン缶、キャベツ	酢、食塩、昆布だし汁、しょうゆ、コンソメ、こしょう	味付けいりこ等 ●牛乳	★マカロニあべかわ お茶	フォーク	有
10水	●鮭のかりんとうがらめ ⑦魚(鶏の照焼き) ●添え野菜+マヨネーズ ⑦卵(青じそ味) ☆かきたま汁 ⑦卵、魚	油、片栗粉、砂糖、●マヨネーズ、米	☆卵、●さけ、☆かまぼこ、スライスアーモンド	ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、スナックえんどう、しょうが	食塩、酒、みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	はとむぎおこし等 ●牛乳	★水無月 ●牛乳	フォーク	無
11木	●ポークカレー ⑦乳(煮物) フレンチサラダ メロン	油、砂糖、じゃがいも、米	豚肉	メロン、にんじん、たまねぎ、コーン缶、きゅうり、キャベツ	酢、食塩、こしょう、●カレールウ	元気 ミレービスケット等 ●牛乳	●★ソフトゼリー フルーツ和え ⑦乳 お茶	スプーン	有
12金	菜っ葉ご飯 野菜炒め 豆乳みそ汁 パイナップル	油、米	味噌、豆乳、牛肉	ピーマン、パイナップル、ねぎ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、かぼちゃ、ほうれんそう	食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、こしょう、オイスターソース	セサミラスク等 ●牛乳	まがりせんべい ●牛乳		有
13土	パン給食 牛乳 ※全園児水筒持参 ⑦弁当・水筒・おやつ持参					ウエハース等 水筒 ⑦持参おやつ	クッキー等 水筒 ⑦持参おやつ		無
15月	●魚のチリソース ⑦魚(牛肉ソテー) ●コールスローサラダ ⑦卵(青じそ味) もやしスープ	油、片栗粉、砂糖、米	ベーコン、●かれい	もやし、ねぎ、にんじん、たまねぎ、しょうが、コーン缶、キャベツ	中華粒、食塩、酒、昆布だし汁、しょうゆ、こしょう、ケチャップ、●コールスロードレッシング	野菜スティック等 ●牛乳	国産 お米deりんごタルト ●牛乳		有
16火	焼き肉 オクラスープ オレンジ	油、米	牛肉	ピーマン、にんじん、たまねぎ、キャベツ、オレンジ、オクラ、えのきたけ	食塩、昆布だし汁、コンソメ、こしょう、焼肉のたれ	ソフトせんべい等 ●牛乳	●★ホットケーキ ⑦卵、乳 ●牛乳	フォーク	有
17水	マーボー豆腐 ナムル りんご	油、片栗粉、砂糖、ごま油、米	木綿豆腐、味噌、豚ひき肉、ごま	りんご、もやし、ほうれんそう、ねぎ、にんにく、にんじん、しょうが	中華粒、食塩、しょうゆ	おこめせん等 ●牛乳	●オールレーズン ⑦卵、乳 ●牛乳		無
18木	●三色卵焼き ⑦卵(豆腐煮) 小松菜の煮びたし みそ汁	米	●卵、油揚げ、味噌、豚ひき肉	みつば、にんじん、たまねぎ、こまつな、カットわかめ、えのきたけ	食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	クリームラスク等 ●牛乳	★焼きそば お茶	フォーク	有
19金	大根と鶏肉の炒り煮 いんげんのごま和え みそ汁	油、砂糖、おつゆ麩、米	味噌、鶏肉、ごま	ねぎ、にんじん、たまねぎ、だいこん、しょうが、いんげん	煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	うの花クッキー等 ●牛乳	源氏パイ ●牛乳		有
20土	全園児弁当・水筒持参保育 ⑦弁当・水筒・おやつ持参					ゼリー等 水筒 ⑦持参おやつ	タルト等 水筒 ⑦持参おやつ		無
22月	●キッシュ ⑦卵、乳(鶏肉の甘煮) ☆添え野菜+マヨネーズ ⑦卵 アスパラスープ	☆マヨネーズ、米	●卵、●生クリーム、●牛乳、ベーコン、●ハム、●バター、●チーズ	ほうれんそう、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、グリーンアスパラガス	食塩、昆布だし汁、コンソメ、こしょう	さくふわせんべい等 ●牛乳	ハッピーターン ●牛乳		有
23火	牛肉の甘辛煮 いんげんのごま味噌和え すまし汁	砂糖、つきこんにゃく、米	味噌、絹ごし豆腐、牛肉、ごま	もやし、にんじん、たまねぎ、しょうが、カットわかめ、いんげん	みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	こつぶじゃがあられ等 ●牛乳	●★ラスク ⑦乳 ●牛乳		有
24水	●あじフライ ⑦卵、魚(牛肉の甘辛炒め) ●添え野菜+マヨネーズ ⑦卵(青じそ味) みそ汁	油、小麦粉、●マヨネーズ、パン粉、米	●卵、油揚げ、味噌、●あじ	もやし、ねぎ、にんじん、たまねぎ、しめじ、キャベツ	ソース、食塩、煮干しだし汁・かつおだし汁、こしょう	玄米ぼんぼり等 ●牛乳	●コロ ⑦卵、乳 ●牛乳		無
25木	ポークビーンズ ☆ハムサラダ ⑦卵、乳 きよみオレンジ	油、砂糖、じゃがいも、米	豚肉、赤いんげん、☆ハム、だいず水煮缶詰	ピーマン、にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、きよみオレンジ	酢、食塩、コンソメ、こしょう、ケチャップ	ごぼうスナック等 ●牛乳	●ケーキ ⑦卵、乳 ●牛乳	フォーク	有
26金	鶏肉の照焼き ほうれん草のごま和え みそ汁	油、砂糖、米	油揚げ、味噌、鶏肉、ごま	ほうれんそう、はくさい、ねぎ、にんじん、たまねぎ、だいこん、しょうが	酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	ねじり棒等 ●牛乳	★大豆のおやき お茶		有
27土	おにぎり等 水筒 ※全園児水筒持参 ⑦弁当・水筒・おやつ持参					ビスケット等 水筒 ⑦持参おやつ	せんべい等 水筒 ⑦持参おやつ		無
29月	●えびフライ ⑦卵、甲殻類(チキンカツ) ☆春雨サラダ ⑦卵、乳 中華スープ ミニデザート ＜すりおろしりんご＞	油、小麦粉、砂糖、パン粉、はるさめ、ごま油、米	●卵、ベーコン、☆ハム ●えび	にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、コーン缶、キャベツ	中華粒、酢、食塩、昆布だし汁、しょうゆ、こしょう、ソース	キヌアかりんとう等 ●牛乳	●ハーベスト ＜バタートースト＞ ●牛乳	誕生会	有
30火	●鯖のしょうが煮 ⑦魚(鶏のしょうが焼き) ☆れんこんサラダ ⑦魚 みそ汁	砂糖、米	油揚げ、味噌、☆ツナ缶、ごま、●さば	れんこん、にんじん、たまねぎ、しょうが、こまつな、きゅうり	酢、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	さかなの学校等 ●牛乳	サッポロポテト ベジタブルミニ りんごジュース		有