



令和4年 6月 献立表



勾金保育所

日 曜	献立名	おやつ	主な材料
1 水	魚の味噌煮 おかか和え おふのすまし汁	マカロニ黄粉 牛乳	赤魚 小松菜 ほうれん草 人参 きゅうり 鰹節 おふ 玉ねぎ 小ネギ 果物 マカロニ 黄粉 牛乳
2 木	春巻き 切昆布煮 中華スープ 味のり	りんごゼリー 牛乳	豚肉 人参 ニラ 玉ねぎ 竹の子 きくらげ 春雨 皮 切昆布 ごぼう 大豆 油揚げ もやし 小ネギ 味のり 果物 りんごゼリー 牛乳
3 金	野菜ちゃんぽん 大豆と昆布煮	わんぱくもち 牛乳	豚肉 えび いか キャベツ チンゲン菜 人参 玉ねぎ もやし コーン 麺 大豆 昆布 果物 米 チーズ ちりめん わかめ 牛乳
4 土	親子丼 漬物 牛乳	果物 お菓子	鶏肉 米 玉ねぎ 人参 えのき 小ネギ 卵 たくあん 牛乳 果物 お菓子
6 月	豚汁 焼魚(塩鯖)	ナイススティック 牛乳	豚肉 玉ねぎ 人参 大根 ごぼう 豆腐 さつま芋 小ネギ 塩鯖 果物 ナイススティック 牛乳
7 火	肉じゃが 煮卵 ソーメン汁	みたらし団子 牛乳	牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく しめじ 卵 ソーメン 小ネギ かまぼこ 果物 団子粉 白玉粉 牛乳
8 水	魚のミンチ揚げ 拌三絲 じゃが芋のみそ汁	ソフールヨーグルト お菓子	魚のミンチ 人参 玉ねぎ ピーマン 卵 ごぼう しいたけ 春雨 ごま じゃが芋 油揚げ 小ネギ 果物 ヨーグルト お菓子
9 木	鶏天 ほうれん草の和え物 コーンスープ トマト	ホットケーキ 牛乳	鶏肉 しょうが ほうれん草 人参 きゅうり もやし ごま トマト コーン スープ トマト 果物 ホットケーキミックス 卵 牛乳
10 金	ハンバーグ マカロニサラダ キャベツのスープ	マシュマロサンド 牛乳	合挽ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 豆腐 マカロニ きゅうり 人参 コーン シーチキン キャベツ 果物 リッツ マシュマロ 牛乳
11 土	ナポリタン ウィンナー 牛乳	果物 お菓子	ベーコン 人参 玉ねぎ ピーマン コーン スパゲッティ ウィンナー 牛乳 果物 お菓子
13 月	ハヤシライス ポテトサラダ	焼りんごパン 牛乳	牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ じゃが芋 きゅうり コーン 卵 焼りんごパン 牛乳
14 火	筑前煮 鶏の甘酢煮 豆腐のみそ汁	手作りプリン 牛乳	鶏肉 大根 ごぼう れんこん 人参 こんにゃく さやいんげん 高野豆腐 玉ねぎ 豆腐 小ネギ 果物 卵 牛乳
15 水	魚のホイル焼き 切干大根煮 だし巻き卵 オニオンスープ	とんがりコーン 牛乳	白身魚 人参 玉ねぎ ピーマン パプリカ えのき しめじ 切干大根 油揚げ しいたけ 卵 玉ねぎ ウィンナー 果物 とんがりコーン 牛乳
16 木	スパニッシュオムレツ ひじき煮 トマトスープ	ケーキドーナツ 牛乳	豚肉 卵 玉ねぎ 人参 ピーマン じゃが芋 ひじき かまぼこ ごぼう 油揚げ トマト キャベツ 果物 ケーキドーナツ 牛乳
17 金	パリパリ焼きそば 鶏肝煮	黄粉おはぎ 牛乳	豚肉 麺 人参 玉ねぎ チンゲン菜 きくらげ えび いか キャベツ コーン 鶏肝 しょうが 果物 もち米 黄粉 牛乳
18 土	チャーハン わかめスープ 牛乳	果物 お菓子	ベーコン 人参 玉ねぎ ピーマン 卵 わかめ ごま 牛乳 果物 お菓子
20 月	夏野菜カレー ミモザサラダ	ジャムサンド 牛乳	合挽ミンチ 人参 玉ねぎ じゃが芋 ナス ピーマン 卵 マカロニ きゅうり コーン 果物 食パン いちごジャム 牛乳
21 火	ポークピカタ スパサラ わかめのみそ汁 トマト	ポテトもち 牛乳	豚肉 卵 スパゲッティ きゅうり 人参 シーチキン トマト わかめ 玉ねぎ 小ネギ 果物 じゃが芋 片栗粉 バター 牛乳
22 水	鮭のみそ焼き 和え物 金時豆煮 きのこのすまし汁	蒸しパン 牛乳	鮭 小松菜 きゅうり キャベツ 人参 ちくわ 金時豆 しめじ えのき たまねぎ 小ネギ 果物 蒸しパンミックス 牛乳
23 木	コロッケ 春雨サラダ コーンの中華スープ 味のり	ソフールいちご お菓子	合挽ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 卵 人参 きゅうり 春雨 コーン えのき 味のり 果物 ヨーグルト お菓子
24 金	〈誕生会〉チキン南蛮 サラダ 厚揚げの煮物 コンソメスープ	ケーキ 牛乳	鶏肉 卵 きゅうり らっきょ キャベツ 人参 コーン 厚揚げ トマト 果物 ケーキ 牛乳
25 土	焼きそば ウィンナー 牛乳	果物 お菓子	豚肉 麺 玉ねぎ もやし 人参 ピーマン ウィンナー 牛乳 果物 お菓子
27 月	麻婆豆腐 焼魚(塩鯖)	オープンサンド 牛乳	豚ミンチ 豆腐 しめじ 玉ねぎ 人参 ニラ 塩鯖 果物 卵 ロールパン 牛乳
28 火	五目煮豆 ちくわの磯部揚げ かきたまスープ	フルーツ寒天 牛乳	鶏肉 大豆 人参 大根 レンコン ごぼう こんにゃく 厚揚げ ちくわ 青のり 卵 玉ねぎ 小ネギ 果物 みかん もも 寒天 牛乳
29 水	魚のアンダレス みそマヨ和え 和風スープ	牛乳	赤魚 トマト きゅうり ほうれん草 人参 かにかま 玉ねぎ えのき 小ネギ 果物 えび 小麦粉 ニラ 牛乳
30 木	松風焼き 中華風サラダ 野菜スープ	ももゼリー 牛乳	鶏ミンチ 玉ねぎ ピーマン 人参 卵 豆腐 もやし きゅうり カニカマ キャベツ 果物 ももゼリー 牛乳

※材料の仕入れ状況により変更になる場合があります。

※ご飯がいらぬ日には日付と曜日を■で塗っています。

※パスタ、カレー類のメニューの時にはスプーン、フォークを持たせてください。

※手作りおやつは赤字にしています。