

6 月予定幼児食献立表

松島こども園

平成30年

日	曜日	昼食	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)	
1	金	麦ごはん ゴーヤとウインナーのかき揚げ タマネーチャンプルー イナムウチ 果物	アガラサー 牛乳	豚肉 ウインナー ツナ チーズ カステラマホコ 卵 牛乳	白米 押し麦 コシカサ 砂糖 油 小麦粉 ホットケーキミックス	人参 玉ねぎ キャベツ ゴーヤ ビーマン 果物	
2	土	炊き込みごはん ほうれん草のお浸し そうめん汁 果物	フルーツポンチ 牛乳	豚肉 わかめ チキ揚げ 牛乳	白米 さつま芋 油 うどん 黒糖粉	人参 玉ねぎ ほうれん草 ゴボウ 長ネギ 果物 キャベツ	
4	月	青菜ごはん 魚の生姜焼 南瓜の煮物 なめこのみそ汁 果物	手作りサブレ 牛乳	赤魚 鶏ミンチ 絹ごし豆腐 卵 牛乳	白米 あわ 砂糖 油	玉ねぎ 南瓜 アスパラ なめこ 小松菜 果物	
5	火	なすとアスパラのミートスパゲティ サクサクサラダ パパイヤスープ ヨーグルト和え	しらすゆかりおにぎり お茶	合挽き肉 豚レバー ハム ヨーグルト しらす	白米 スパゲティ用 コーン 油 砂糖 クルトン	人参 玉ねぎ なす 果物 アスパラ レタス パパイア	
6	水	チキンカレーライス コールスローサラダ わかめスープ 果物	レーズンケーキ 牛乳	鶏肉 グリンピース 卵 わかめ 牛乳	白米 押し麦 コーン バター ゴマ 砂糖 ホットケーキミックス	人参 玉ねぎ 大根 果物 長ネギ キャベツ レーズン	
7	木	ごはん 豚肉の生姜焼き オクラとキュウリの和え物 さつま汁 果物	ポンドケーキ 牛乳	豚肉 ツナ 牛乳	白米 コシカサ 油 そうめん	人参 もやし ビーマン ネギ 干シタケ ゴボウ 果物	
8	金	ゆかりごはん 魚の西京焼き 切干大根イチチ 鶏レバー汁 果物	フルーツ寒天 牛乳	赤魚 鶏肉 鶏レバー 寒天	白米 こんにゃく じゃが芋 油 砂糖	人参 小松菜 長ネギ インゲン フルーツカケル 果物	
9	土	ごはん 鶏肉とセロリのソテー ブロッコリーのサラダ 野菜スープ 果物	コーンフレーク 牛乳	鶏肉 枝豆 牛乳	白米 マヨネーズ 油 さつま芋 小麦粉 砂糖	人参 玉ねぎ ブロッコリー セロリ オクラ 大根 果物	
11	月	ごはん 照り焼きチキン 豆サラダ ミネストローネ 果物	野菜蒸しパン 牛乳	鶏肉 キドニービーンズ 枝豆 ベーコン 卵 牛乳	白米 じゃが芋 コマドレ ホットケーキミックス 砂糖 油	人参 玉ねぎ セロリ 果物 レタス きゅうり トマトホール	
12	火	ピースごはん 鯖みそ煮 五目きんぴら 豆腐のすまし汁 果物	ほうれん草のホットケーキ 牛乳	納豆 鯖 鶏肉 厚揚げ	白米 こんにゃく ごま油 砂糖	人参 インゲン 大根 果物 青しそ ゴボウ なら	
13	水	🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉 お 弁 当 会 🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉					
14	木	カレー風味ピラフ ほうれん草とマッシュルームのソテー クラムチャウダー 果物	くずもち 牛乳	鶏肉 あさり ベーコン 牛乳 粉チーズ	白米 じゃが芋 油 バター	人参 玉ねぎ ほうれん草 ブロッコリー マッシュルーム 果物	
15	金	きつねうどん ちくわの磯部揚げ 大根サラダ 果物	おかかおにぎり 牛乳	豚肉 なんと 油揚げ 卵 ちくわ チーズ 青のり 牛乳	うどん 小麦粉 油 おやつパン	人参 ほうれん草 大根 長ネギ 水菜 トマト 果物	
16	土	五目ごはん 小松菜炒め ゆし豆腐 果物	ウエハース レーズン 牛乳	鶏ミンチ 卵 ゆし豆腐 牛乳	白米 コーン 油 砂糖 コーンフレーク	玉ねぎ 小松菜 ネギ 果物	
18	月	【お祝い献立】麦ごはん レバー炒め カミカミサラダ かきたま汁 果物	うどんかりんとう 牛乳	鯖 ひじき 豚肉 枝豆 卵 チーズ 牛乳	白米 玄米 こんにゃく じゃが芋 小麦粉 砂糖	人参 ブトモチ みつば 果物	
19	火	【食育の日献立】玄米ごはん 鮭のみぞれ煮 クービーリチー 冬瓜のみそ汁 果物	黒豆ぜんざい 牛乳	鮭 昆布 枝豆 金時豆 豚肉 牛乳	白米 玄米 こんにゃく うどん 押し麦 砂糖	人参 大根 しめじ ねぎ ほうれん草 果物	
20	水	三枚肉そば 豆腐とチキナー炒め 果物	塩昆布おにぎり お茶	鶏肉 うずら豆 牛乳	沖縄そば 油 砂糖 黒糖粉 強力粉	人参 玉ねぎ もやし ニラ 果物	
21	木	麦ごはん 鯖の竜田揚げ 果物 ほうれん草の白和え じゃが芋のみそ汁	おやつパン 牛乳	豚レバー ツナ 木綿豆腐 ハム チーズ 牛乳	白米 押し麦 じゃが芋 油 砂糖 コマドレ 食パン	人参 もやし ニラ シンジ ほうれん草 果物	
22	金	ターメリックライス ホワイトルウ カラフル野菜サラダ コンソメスープ 果物	チーズスコーン 牛乳	鶏肉 牛乳	白米 押し麦 小麦粉 油	人参 グリンピース コーン ミックスベジタブル フルーツ	
23	土	黒米ごはん 納豆アンダンスー パパイヤリチー 冬瓜のすまし汁 果物	コーンフレーク 牛乳	ツナ アーサ 牛乳 納豆	白米 黒米 砂糖 油	人参 冬瓜 ニラ 果物 ネギ パパイア	
25	月	ポークカレーライス コールスローサラダ もずくスープ 果物	ふかし芋 牛乳	豚肉 グリンピース もずく 牛乳	白米 押し麦 コーン バター ゴマ	人参 玉ねぎ 大根 果物 長ネギ キャベツ	
26	火	ごはん 魚のパン粉焼き 筑前煮 厚揚げと白菜のみそ汁 果物	ちんぴん 牛乳	赤魚 鶏肉 厚揚げ 卵 粉チーズ 牛乳	白米 こんにゃく パン粉 砂糖 オートミール 小麦粉	人参 大根 ゴボウ 白菜 干シタケ 果物	
27	水	☆お楽しみ給食☆			みんなで楽しもう！ 流しそうめん♪		
28	木	ごはん 白身魚の甘酢煮 人参しりしり ワンタンスープ 果物	おやつパン 牛乳	ワンタン ツナ 卵 アーサ 牛乳	白米 砂糖 油	人参 冬瓜 ニラ 果物 ネギ	
29	金	🎂 お誕生会メニュー 🎂		赤魚 ワカメ 卵 牛乳	白米 小麦粉 パン粉 油 サラバ ホットケーキミックス	人参 玉ねぎ 黄ビーマン ブロッコリー りんご 果物	
30	土	鶏井 中華スープ 果物	みかんゼリー クラッカー 牛乳	鶏肉 かにカマ 卵 ゼラチン	白米 油 クラッカー 砂糖	人参 玉ねぎ ビーマン きゅうり エノキ ネギ 果物	

※食材の都合により献立を変更する事があります。

