

6月 給食献立表

2020年

3歳児以上

日	曜	献立	15時おやつ	18時おやつ	赤：血や肉になる	黄：骨や力になる	緑：腸子をととのえる
1	月	ごはん 鶏じゃが 春雨サラダ 小松菜のかきたま汁 りんご	豆乳くずもち 牛乳	バナナ	鶏もも・鶏卵・豆乳・きな粉・普通牛乳	米・じゃがいも・味噌・醤油はるさめ かたくり粉	にんじん・たまねぎ・えだまめ・きゅうり にんじん・ごま油・えのきたけ・りんご
2	火	カレー スパゲティ・サラダ ゆでたまご オレンジ	いちごジャムサンド 牛乳	塩昆布おにぎり	鶏ひき肉・だいず・ブリスハム・鶏卵 普通牛乳	米・スパゲティ・マヨネーズ・煮パン いちごジャム	たまねぎ・にんじん・えだまめ・きゅうり パインシリアオレンジ・塩昆布
3	水	ごはん 豚肉の煮付け 和風オムレツ 切干大根とひじきのサラダ ほうれん草とがぼちゃのみそ汁 バナナ	五平もち 麦茶	せんべい	あかうお・鶏卵・淡色辛みそ	米・味噌	しょうが・にんじん・たまねぎ・切干だいこん にんじん・きゅうり・ほしひじき・きゅうり 西洋かぼちゃ・たまねぎ・バナナ
4	木	鶏子丼 ちくわの磯辺揚げ じゃがいものおもろこし 白菜のみそ汁 りんご	バナナマフィン 牛乳	わかめおにぎり	鶏もも・鶏卵・焼き豆腐・鶏ひき肉 淡色辛みそ・普通牛乳	米・味噌・ブレミックス粉・鶏卵 じゃがいも・かたくり粉・鶏油 無塩バター	にんじん・たまねぎ・えだまめ・あおのり ごま油・りんご・バナナ わかめ
5	金	ごはん 豚肉豆腐 パンパシソーラ 中華スープ バナナ	みかんゼリー 牛乳	バナナ	木綿豆腐・鶏ひき肉・赤色辛みそ きん粉・鶏卵・普通牛乳	米・味噌・ごま油	たまねぎ・えだまめ・ごま油・きゅうり にんじん・バナナ・オレンジ飲料・寒天 みかん缶詰
6	土	チキンライス ブロッコリーと人参のサラダ コンソメスープ オレンジ	きん粉マカロニ 牛乳	せんべい	鶏もも・鶏卵・きん粉・普通牛乳	米・マカロニ・味噌	たまねぎ・青ピーマン・ブロッコリー にんじん・トマト缶詰 パインシリアオレンジ
8	月	ごはん 豚肉とじゃがいものゆめ焼 春雨サラダ 豆腐と玉ねぎのみそ汁 ミニゼリー	マドレーヌ 牛乳	バナナ	鶏もも・ソフト豆腐・淡色辛みそ・鶏卵 普通牛乳	米・じゃがいも・鶏卵・味噌 醤油はるさめ・ゼリー・鶏油 無塩バター	にんじん・たまねぎ・青ピーマン・きゅうり えだまめ・レモン
9	火	ごはん さばの照り焼き 和風オムレツ 五目大豆 かぼちゃとめしものみそ汁 バナナ	ピザトースト 牛乳	せんべい	まさば・鶏卵・だいず・淡色辛みそ まぐろ缶詰・プロセスチーズ 普通牛乳	米・味噌・煮パン	にんじん・たまねぎ・にんじん・大根 みつしほ・西洋かぼちゃ・ぶなしめじ たまねぎ・バナナ・青ピーマン
10	水	ごはん おからハンバーグ 粉ふきいも わかめと人参の酢の物 かきたま汁 りんご	黒糖かりんとう 牛乳	塩昆布おにぎり	鶏ひき肉・おから・鶏卵・普通牛乳	米・味噌・かたくり粉・じゃがいも マカロニ・寒天・鶏油	たまねぎ・えだまめ・あおのり・きゅうり にんじん・カットわかめ・りんご 塩昆布
11	木	ごはん ハッシュドポーク キャベツとコーンのサラダ ゆでたまご オレンジ	フルーツヨーグルト 麦茶	せんべい	鶏もも・普通牛乳・バナナ・鶏卵 ヨーグルト	米・味噌	たまねぎ・にんじん マッシュルーム・水菜・キャベツ きゅうり・トマト缶詰 パインシリアオレンジ・バナナ・みかん缶詰 もも缶詰
12	金	ごはん 白身魚のフライのタルタルソース ブロッコリー 小松菜とゆめしものみそ汁 大根とわかめのみそ汁 バナナ	シュガートースト 牛乳	わかめおにぎり	メルルサー・鶏卵・淡色辛みそ 普通牛乳	米・ブレミックス粉・パン粉・鶏油 マヨネーズ・ごま・煮パン・無塩バター グラニュー糖	たまねぎ・ブロッコリー・ごま油・にんじん きゅうり・大根・カットわかめ・バナナ わかめ
13	土	ごはん 揚げ豆腐 スパゲティ・サラダ ほうれん草のかきたま汁 オレンジ	手作りプリン 牛乳	せんべい	木綿豆腐・鶏ひき肉・ブリスハム 鶏卵・淡色辛みそ・普通牛乳	米・味噌・スパゲティ・マヨネーズ メルルサー	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ・えだまめ きゅうり・にんじん・ほうれん草 パインシリアオレンジ
15	月	ごはん 豚肉と春雨のチャプチェ かにたまごあんかけ きのこの中華スープ バナナ	マーブルケーキ 牛乳	ゆかりおにぎり	鶏もも・鶏卵・かに風味かまぼこ 普通牛乳	米・醤油はるさめ・ごま油・味噌・ごま かたくり粉・わかめ・きん粉 無塩バター	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・たけのこ えだまめ・ぶなしめじ・バナナ ゆかり
16	火	ごはん カレー肉じゃが 切干大根とひじきのサラダ かきたま汁 りんご	焼きおにぎり 麦茶	バナナ	鶏もも・鶏卵・しらす干し 普通牛乳	米・じゃがいも・味噌・かたくり粉・ごま	にんじん・たまねぎ・えだまめ 切干だいこん・にんじん・きゅうり ほしひじき・えだまめ・りんご
17	水	ごはん 赤魚の西京焼き 和風オムレツ 小松菜とゆめしものみそ汁 豆乳とえのきたけのみそ汁 バナナ	ホットケーキ 牛乳	塩昆布おにぎり	あかうお・甘みそ・鶏卵・ソフト豆腐 普通牛乳	米・味噌・ごま・おろし・みそ 無塩バター・メルルサー	ももんが・えだまめ・ごま油・にんじん きゅうり・ゆめしめじ・たまねぎ・えのきたけ バナナ 塩昆布
18	木	ごはん ハヤシライス キャベツとコーンのサラダ コンソメスープ オレンジ	甘食 牛乳	せんべい	鶏もも・普通牛乳・鶏卵・加熱鶏肉	米・じゃがいも・ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・キャベツ・きゅうり トマト缶詰・にんじん パインシリアオレンジ
19	金	ごはん ささみフライ ブロッコリー レタスと人参のサラダ かぼちゃのみそ汁 ミニゼリー	マッシュマロクリスピー 牛乳	バナナ	ささ身・鶏卵・淡色辛みそ・普通牛乳	米・鶏油・パン粉・鶏油 マヨネーズ・ゼリー・コーンフレーク マッシュマロ・無塩バター	ブロッコリー・サニーレタス・レタス にんじん・きゅうり・西洋かぼちゃ・たまねぎ えだまめ
20	土	鶏子丼 わかめと人参の酢の物 小松菜とじゃがいものみそ汁 オレンジ	豆乳くずもち 牛乳	せんべい	鶏もも・鶏卵・淡色辛みそ・豆乳 きん粉・普通牛乳	米・味噌・じゃがいも・かたくり粉	たまねぎ・にんじん・えだまめ・きゅうり カットわかめ・ごま油 パインシリアオレンジ
22	月	ごはん 鶏肉と豆腐のチャンプル 春雨サラダ 大根と玉ねぎのみそ汁 バナナ	五平もち 麦茶	バナナ	鶏もも・豆腐・木綿豆腐・鶏ひき肉 鶏卵・淡色辛みそ	米・味噌・ごま油・醤油はるさめ	にんじん・にんじん・たまねぎ・えだまめ きゅうり・大根・バナナ
23	火	ごはん さばの照り焼き ポテトフライ キャベツと人参の和えもの かきたま汁 オレンジ	みかんゼリー 牛乳	せんべい	まさば・鶏卵・普通牛乳	米・じゃがいも・鶏油・かたくり粉 味噌	キャベツ・きゅうり・にんじん・たまねぎ えだまめ・パインシリアオレンジ・オレンジ飲料 寒天・みかん缶詰
24	水	カレーライス スパゲティ・サラダ ゆでたまご りんご	きん粉トースト 牛乳	わかめおにぎり	鶏もも・だいず・ブリスハム・鶏卵 きん粉・普通牛乳	米・スパゲティ・マヨネーズ・煮パン 味噌・無塩バター	たまねぎ・西洋かぼちゃ・にんじん・きゅうり りんご・わかめ
25	木	 ごはん 鶏肉の中華から揚げ ブロッコリー レタスと人参のサラダ たまごコーンのスープ オレンジゼリー	カスタードプッセ 牛乳	バナナ	鶏もも・まぐろ缶詰・鶏卵・ゼラチン クリーム・普通牛乳	米・味噌・かたくり粉・鶏油 マヨネーズ・鶏油・粉糖	たまねぎ・しょうが・ブロッコリー サニーレタス・レタス・きゅうり・にんじん トマト缶詰・たまねぎ・オレンジ飲料
26	金	ごはん 白身魚のパン粉焼き かぼちゃ煮 切干大根とひじきのサラダ 豆腐と小松菜のみそ汁 バナナ	手作りクッキー 牛乳	ゆかりおにぎり	ホキ・ソフト豆腐・淡色辛みそ・鶏卵 普通牛乳	米・ブレミックス粉・パン粉・鶏油 味噌・鶏油・無塩バター	西洋かぼちゃ・切干だいこん・にんじん きゅうり・ほしひじき・ごま油・たまねぎ バナナ・ゆかり
27	土	ごはん 鶏じゃが マカロニサラダ キャベツとあげのみそ汁 オレンジ	マドレーヌ 牛乳	せんべい	鶏もも・ブリスハム・豆腐揚げ 淡色辛みそ・鶏卵・普通牛乳	米・じゃがいも・味噌・マカロニ マヨネーズ・鶏油・無塩バター	にんじん・たまねぎ・えだまめ・きゅうり にんじん・キャベツ・パインシリアオレンジ レモン
29	月	ごはん 鶏つくねの和風あんかけ ブロッコリー わかめと人参の酢の物 なすとあげのみそ汁 バナナ	手作りプリン 牛乳	バナナ	鶏ひき肉・鶏卵・普通牛乳・豆腐揚げ 淡色辛みそ	米・パン粉・味噌・メルルサー	ほしひじき・たまねぎ・えだまめ・ブロッコリー きゅうり・にんじん・カットわかめ・なす バナナ
30	火	ごはん 豚肉豆腐 キャベツとツナのナムル にら玉スープ オレンジ	フレンチトースト 牛乳	塩昆布おにぎり	木綿豆腐・鶏ひき肉・赤色辛みそ まぐろ缶詰・鶏卵・普通牛乳	米・味噌・ごま油・ごま・煮パン	たまねぎ・えだまめ・キャベツ・にんじん きゅうり・にら・パインシリアオレンジ 塩昆布

☆6月の食後の果物は、オレンジ・りんご・バナナです。
☆都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★★いよいよ梅雨入りの時期になりました★★

蒸し暑い日が続くと食欲が衰えがちですが、体調を崩さないように
水分の補給にお気を付けください。
また、この季節は湿度が高いため、食中毒が起こりやすくなります。
給食室でも、いつも以上に衛生面に注意を払い、安全でおいしい給食を
提供していきたいと思っております！