

6月 給食献立表

2021年

3歳児以上

日 曜	献 立	15歳おやつ	1日献立おやつ	菜・肉・魚・卵・大豆・牛乳	穀・豆・油・卵・大豆・牛乳	種・子・菜・豆・きのこ・きのこ
1 火	ごはん 鶏肉のから揚げ ブロッコリーと玉ねぎのマリネ マカロニサラダ ワカメとコーンのスープ りんご	ホットケーキ 牛乳	わかめおにぎり	鶏もも・ブレスハム・鶏卵・普通牛乳	米・かたくり粉・醤油・マカロニ マヨネーズ・お酢・みりん 無塩バター・メープルシロップ	しょうが・ブロッコリー・たまねぎ・きゅうり にんじん・トマト・豆腐・カットわかめ りんご
2 水	ごはん あじのごちそう焼き 大根のそぼろ煮 キャベツと玉ねぎの味噌汁 パナナ	シュガートースト 牛乳	せんべい	鶏もも・鶏卵・淡色牛乳・普通牛乳	米・ごま・車麴・食パン・無塩バター グラニュー糖 せんべい	大根・にんじん・キャベツ・にんじん りんご・きゅうり・きゅうり・ごま・たまねぎ・菜の花・バナナ
3 木	ごはん 豚肉とじゃがいもの炒め物 ひじき煮 わかめと玉ねぎのすまし汁 オレンジ	五平もち 麦茶	パン	豚もも・油揚げ・だいず・淡色牛乳	米・じゃがいも・醤油・車麴 パン	にんじん・たまねぎ・青ピーマン ほしひじき・カットわかめ パレンシアオレンジ
4 金	ごはん 白身魚のフライのタルタルソース ブロッコリーのチーズ焼き もやしと油揚げの和え物 豆と玉ねぎのみそ汁 ミニゼリー	メロンパンクッキー 牛乳	焼肉おにぎり	ホキ・パルメザンチーズ 油揚げ・淡色牛乳・鶏卵 普通牛乳	米・プレミックス粉・パン粉・醤油 マヨネーズ・ゼリー・お酢・みりん お豆腐	たまねぎ・トマト・豆腐・ブロッコリー にんじん・りょうとうもろし・はくさい・菜の花 塩昆布
5 土	炊き込みチャーハン キャベツと玉ねぎのサラダ 豆腐と玉ねぎのすまし汁 オレンジ	アップルケーキ 牛乳	せんべい	鶏もも・鶏卵・ブレスハム・ソフト豆腐 普通牛乳	米・ごま油・お酢・みりん・車麴 無塩バター せんべい	たまねぎ・青ピーマン・キャベツ・にんじん きゅうり・パレンシアオレンジ パレンシアオレンジ
7 月	ごはん 豆腐ハンバーグ じゃがいものおからまぶし 味噌汁 キャベツと玉ねぎのみそ汁 パナナ	かぼちゃようかん 牛乳	わかめおにぎり	豚ひき肉・木綿豆腐・普通牛乳・鶏卵・かつお節 油揚げ・淡色牛乳	米・パン粉・車麴・じゃがいも 緑豆はるさめ	ほしひじき・たまねぎ・えのきだけ・菜の花 きゅうり・にんじん・キャベツ・バナナ 西洋かぼちゃ・鶏天 わかめ
8 火	ごはん 煮魚の煮付け きんぴら 小豆と玉ねぎの和え物 大根と玉ねぎのすまし汁 りんご	マドレーヌ 牛乳	パン	あかおろ・木綿豆腐・鶏卵 普通牛乳	米・車麴・ごま・薄力粉・無塩バター パン	しょうが・にんじん・乾しいたけ・ごま・りんご りんご・きゅうり・大根・カットわかめ りんご
9 水	ごはん 鶏肉のクリーム煮 ブロッコリーのマヨしょうゆ和え キャベツとコーンのサラダ たまごスープ パナナ	バジルチーストースト 牛乳	せんべい	鶏もも・普通牛乳・まぐろ缶詰・鶏卵 パルメザンチーズ	米・薄力粉・醤油・食パン・オリーブ油 マヨネーズ せんべい	えだまめ・たまねぎ・ぶなしめじ ブロッコリー・キャベツ・にんじん・バナナ
10 木	ごはん マカロニ ゆでたまご スライスチーズ コーンと玉ねぎのスープ ミニゼリー	お餅お餅 麦茶	ゆかりおにぎり	豚ひき肉・だいず・鶏卵・ブレスハム かつお節	米・スライスチーズ・マヨネーズ・ゼリー 薄力粉・醤油・マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・えだまめ・きゅうり トマト・豆腐・鶏卵・キャベツ あおのり ゆかり
11 金	ごはん 白身魚のピカタ 大根と人参のしりしり キャベツと人参の和え物 かぼちゃのみそ汁 パナナ	豆乳くずもち 牛乳	きんぴらおにぎり	ホキ・鶏卵・パルメザンチーズ まぐろ缶詰・淡色牛乳・豆乳 きな粉・普通牛乳	米・薄力粉・醤油・ごま油・ごま かたくり粉・車麴	大根・にんじん・キャベツ・きゅうり にんじん・青ピーマン・ごま・たまねぎ・パレンシアオレンジ
12 土	ごはん ジャーマンポテト 小豆と人参の和え物 オレンジ	甘食 牛乳	せんべい	豚ひき肉・ウインナー・鶏卵 加味鶏肉・普通牛乳	米・車麴・じゃがいも・醤油 無塩バター・お酢・みりん せんべい	たまねぎ・トマト・豆腐・キャベツ・トマト にんじん・青ピーマン・ごま・たまねぎ パレンシアオレンジ
14 月	ごはん 八宝菜 かにたまごあんかけ ウインナーと豆腐の中華スープ パナナ	きつねおにぎり 麦茶	パン	豚もも・鶏卵・鶏卵・かに風味かまぼこ ウインナー・ソフト豆腐・油揚げ	米・醤油・車麴・かたくり粉・ごま油 パン	キャベツ・たまねぎ・にんじん・りょうとうもろし 乾しいたけ・ごま・ごま・ごま・ごま きくらげ・にら・菜の花・バナナ
15 火	ごはん さわらのみそ焼き じゃがいものさんぴん 小豆と玉ねぎの和え物 かきたま汁 オレンジ	人参ケーキ 牛乳	豚肩おにぎり	さわか・淡色牛乳・鶏卵・普通牛乳	米・車麴・じゃがいも・かたくり粉 お酢・みりん	にんじん・ごま・りょうとうもろし たまねぎ・菜の花・パレンシアオレンジ 塩昆布
16 水	ごはん ポークビーンズ キャベツと人参のソテー 大根と玉ねぎのすまし汁 りんご	フレンチトースト 牛乳	せんべい	豚肉・だいず・鶏卵・普通牛乳	米・じゃがいも・車麴・食パン せんべい	たまねぎ・にんじん・トマト・豆腐・キャベツ にんじん・大根 りんご
17 木	ごはん 鶏じゃが わかめと人参の甘酢和え コーンスープ オレンジ	バナナマフィン 牛乳	ふかし・さつまいも	鶏もも・鶏卵・普通牛乳	米・じゃがいも・車麴・薄力粉 無塩バター さつまいも	にんじん・たまねぎ・えだまめ・きゅうり カットわかめ・にら・パレンシアオレンジ パレンシアオレンジ
18 金	ごはん ミートボール かぼちゃのチーズ焼き キャベツとコーンのサラダ しめじと玉ねぎのみそ汁 パナナ	みかんゼリー 牛乳	わかめおにぎり	豚ひき肉・普通牛乳・鶏卵 パルメザンチーズ・淡色牛乳	米・パン粉・車麴	たまねぎ・西洋かぼちゃ・キャベツ にんじん・トマト・豆腐・ぶなしめじ 菜の花・バナナ・パレンシアオレンジ・鶏天 あかんづけ わかめ
19 土	ごはん 炒り豆腐 ブロッコリーとハムのポマサダ 小豆と玉ねぎのみそ汁 オレンジ	きなこマカロニ 牛乳	せんべい	木綿豆腐・豚ひき肉・ブレスハム 淡色牛乳・きんぴら・普通牛乳	米・車麴・マカロニ せんべい	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・車麴 ブロッコリー・ごま・パレンシアオレンジ
21 月	ごはん ハヤシライス ゆでたまご コーンスープ 白飯と豆腐のすまし汁 パナナ	マーラーカオ 牛乳	パン	豚肉・普通牛乳・鶏卵・ソフト豆腐	米・じゃがいも・車麴・薄力粉・無塩バター パン	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ・キャベツ はくさい・菜の花・バナナ
22 火	ごはん アジの塩田揚げ かきたま汁 かきたま汁 小豆と玉ねぎの和え物 オレンジ	ヨーグルトスコーン 牛乳	きんぴらおにぎり	まあじ・油揚げ・淡色牛乳・普通牛乳	米・ごま・かたくり粉・醤油 じゃがいも・車麴	しょうが・あおさ・切干だいこん・にんじん きゅうり・ほしひじき・ごま・たまねぎ パレンシアオレンジ 青豆
23 水	ごはん ひじき入り鶏つくね かぼちゃ煮 キャベツと人参の和え物 大根と玉ねぎのみそ汁 パナナ	鶏おにぎり 麦茶	ふかし・さつまいも	豚ひき肉・鶏卵・普通牛乳 淡色牛乳・しらす干し	米・パン粉・車麴・かたくり粉・ごま さつまいも	たまねぎ・ほしひじき・えだまめ 西洋かぼちゃ・キャベツ・にんじん 大根・菜の花・バナナ
24 木	ごはん 豚肉とキャベツの和え物 ゆでたまごの中華スープ りんご	きなこトースト 牛乳	ゆかりおにぎり	木綿豆腐・豚ひき肉・鶏卵・ソフト豆腐 淡色牛乳・普通牛乳	米・車麴・ごま・薄力粉・無塩バター パン	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・車麴 ブロッコリー・ごま・パレンシアオレンジ
25 金	ごはん 鶏肉とキャベツの和え物 ゆでたまごの中華スープ りんご	きなこトースト 牛乳	ゆかりおにぎり	豚ひき肉・鶏卵・普通牛乳 淡色牛乳・普通牛乳	米・プレミックス粉・パン粉・醤油 スライスチーズ・じゃがいも・かたくり粉 せんべい	にんじん・大根・たまねぎ・青ピーマン ぶなしめじ・カットわかめ・えのきだけ あおのり
26 土	ごはん ポークやきにく キャベツと玉ねぎの和え物 じゃがいものスープ オレンジ	手作りプリン 牛乳	せんべい	豚もも・淡色牛乳・油揚げ・鶏卵 普通牛乳	米・車麴・ごま・ごま油・じゃがいも メープルシロップ せんべい	たまねぎ・青ピーマン・菜の花 チンゲンサイ・にんじん・にんじん パレンシアオレンジ
28 月	ごはん ささみフライ ブロッコリーのおかか和え キャベツと人参の和え物 かぼちゃのみそ汁 パナナ	ごま黒けり 牛乳	パン	ささみ・鶏卵・かつお節・淡色牛乳 普通牛乳	米・薄力粉・パン粉・醤油・車麴 お酢・みりん・ごま パン	ブロッコリー・キャベツ・にんじん 西洋かぼちゃ・たまねぎ・菜の花・バナナ
29 火	ごはん さばのみそ煮 和風アムレツ わかめときゅうりの酢の物 しめじと玉ねぎのすまし汁 オレンジ	マールケーキ 牛乳	焼肉おにぎり	まあじ・鶏卵・淡色牛乳・普通牛乳	米・車麴・お酢・みりん・無塩バター パン	にんじん・たまねぎ・きゅうり・カットわかめ たまねぎ・ぶなしめじ・パレンシアオレンジ 塩昆布
30 水	ごはん 豚肉とキャベツの和え物 ゆでたまごの中華スープ 小豆と玉ねぎのみそ汁 パナナ	お餅のラスク 牛乳	せんべい	鶏もも・鶏卵・ソフト豆腐 淡色牛乳・普通牛乳	米・緑豆はるさめ・ごま油 車麴・ごま・お豆腐・無塩バター せんべい	たまねぎ・青ピーマン・キャベツ・にんじん 切干だいこん・きゅうり・ごま・バナナ

★6月の献立は、オレンジ・りんご・バナナです。
★献立により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

◎献立メモ◎

【トルコライス】

長崎県のご当地名物「トルコライス」。その名前の由来は様々あります。
長崎県ではピラフ、とんかつ、スパゲティが皿に盛り付けられてよく食べられています。
北頭第二保育園ではとんかつを鶏肉のパン粉焼きにアレンジしてみました。

★11月より給食入りの時期になりました★

蒸し暑い日が続くご食生活が乱れがちですが、体調を崩さないように
水分の補給にお気をください。
また、この季節は湿度が高いため、食中毒が起きやすくなります。
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。