



6月 給食献立表



日付	献立	熱と力になるもの	血肉骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	フルーツ	おやつ
6/1 (木)	ごはん	米				バナナ	蒸しケーキ
	豚肉と厚揚げの旨煮	油	豚肉 厚揚げ	玉ねぎ 人参 グリンピース	酒 醤油 みりん		卵 きび糖 生クリーム(乳) 牛乳 バター(乳) 薄力粉 ベーキングパウダー
	アスパラとマカロニのサラダ	マヨネーズ(卵) マカロニ		アスパラ 人参 コーン			
	わかめのみそ汁			玉ねぎ わかめ	みそ		牛乳
6/2 (金)	ごはん	米				フグ ル ー ツ ツ ブ	菓子パン
	カレーのごまみそ焼き	すりごま	カレー		酒 みそ みりん 砂糖		カスタードリング(卵・乳)
	じゃがいもの煮物	じゃがいも		人参 しめじ いんげん	醤油 みりん		
	えのきのみそ汁			えのき 玉ねぎ ねぎ	酒 みりん 醤油		牛乳
6/3 (土)	肉うどん	うどん 油	豚肉	玉ねぎ 人参	酒 醤油 みりん 砂糖	フ チ ゼ リ ー	菓子パン
	切干大根の煮物		薄揚げ	切干大根 人参	醤油 みりん		北海道ミルクパン(卵・乳)
							牛乳
6/5 (月)	ごはん	米				オ レ ン ジ	きなこマカロニ
	サケのゆかり焼き		サケ	ゆかり	酒 醤油 みりん		マカロニ きび糖 きなこ
	じゃがいもの和え物	じゃがいも		人参 いんげん	醤油 みりん		
	切干大根のみそ汁			しいたけ 切干大根	酒 醤油 みりん		牛乳
6/6 (火)	親子丼	米 油	鶏肉 卵	玉ねぎ 人参 みつば	酒 醤油 みりん	フ チ ゼ リ ー	焼きビーフン
	ごぼうのごまマヨサラダ	マヨネーズ(卵) ごま		ごぼう きゅうり 人参	醤油		ビーフン 人参 玉ねぎ ごま油 鶏ガラの素 醤油
	なめこのみそ汁		豆腐	なめこ	みそ		牛乳
6/7 (水)	パン	パン(乳)				フ グ ル ー ツ ツ ブ	梅と塩昆布のごはん
	アジフライ	油 パン粉 薄力粉	アジ 卵		酒 クチャップ		米 梅干し 塩昆布 醤油 みりん
	ポテトサラダ	じゃがいも マヨネーズ(卵)		きゅうり 人参			
	コーンクリームスープ		豆乳	コーン コーンクリーム缶 玉ねぎ パセリ	コンソメ		牛乳
6/8 (木)	ごはん	米				り ん ご	人参ケーキ
	カレーの西京焼き		カレー		白みそ 砂糖 醤油 みりん		ホットケーキミックス きび糖 卵 豆腐 レーズン 人参
	トマトサラダ		ツナ	トマト きゅうり コーン	酢 砂糖 醤油		牛乳
	しいたけのみそ汁			玉ねぎ しいたけ	酒 醤油 みりん		
6/9 (金)	ごはん	米				バ ナ ナ	ヨーグルト
	豚肉のオイスターソース炒め	油	豚肉	玉ねぎ キャベツ 人参 ビーマン	オイスターソース 鶏ガラの素 酒		ソフールヨーグルト(乳)
	豆腐の梅おかか和え		豆腐 かつお節	人参 コーン 梅干し	醤油 砂糖		
	かぼちゃのみそ汁			かぼちゃ えのき	みそ		お茶
6/10 (土)	肉うどん	うどん 油	牛肉	玉ねぎ 人参	酒 醤油 みりん 砂糖	フ チ ゼ リ ー	菓子パン
	ひじきと切干大根の煮物			ひじき 切干大根 人参	醤油 みりん		ミニデニッシュカスタード (卵・乳)
							牛乳
6/12 (月)	ごはん	米				フ チ ゼ リ ー	ポテト蒸しパン
	サワラの香味焼き		サワラ	白ねぎ しょうが にんにく	酒 醤油 みりん		じゃがいも 卵 きび糖 塩 クリームチーズ(乳) 豆乳 油 薄力粉 ベーキングパウダー
	キャベツのごま酢和え	すりごま		キャベツ 人参 しめじ	酢 砂糖 醤油		
	豆腐のみそ汁		豆腐	玉ねぎ	みそ		牛乳
6/13 (火)	ハヤシライス	米 じゃがいも 薄力粉 油	牛肉	玉ねぎ 人参 しめじ トマト缶	砂糖 ケチャップ コンソメ ソース	オ レ ン ジ	簡単ピザ
	卵焼き		卵	ビーマン 人参 玉ねぎ	醤油 みりん		餃子の皮 玉ねぎ 人参 コーン コンソメ ケチャップ チーズ(乳)
							ヤクルト(乳)
6/14 (水)	塩ラーメン	中華麺 油	豚肉	チンゲン菜 もやし 人参 コーン	酒 醤油 鶏ガラの素	フ グ ル ー ツ ツ ブ	わかめと卵のごはん
	わかめと豆腐の中華サラダ	ごま油	豆腐	わかめ パプリカ	醤油 砂糖		米 わかめ 卵 ごま 塩
	いりこ(幼児)		いりこ				
	しらす(乳児)		しらす				牛乳
6/15 (木)	ごはん	米				メ ロ ン	菓子パン
	カレーの梅焼き		カレー	梅干し	酒 醤油 みりん 砂糖		ストロベリーツイスト(卵・乳)
	ビーマンとベーコンの炒め物	油	ベーコン	ビーマン 人参 もやし	コンソメ		
	じゃがいものすまし汁	じゃがいも		まいだけ	酒 醤油 みりん		牛乳

日付	献立	熱と力になるもの	血肉骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	フルーツ	おやつ
6/16 (金)	ごはん	米				バナナ	ゼリー
	鶏肉の南蛮漬け	油 片栗粉	鶏肉	ピーマン 玉ねぎ 人参	醤油 砂糖 酢 酒		みかんゼリー
	切干大根のマヨサラダ	マヨネーズ(卵)		切干大根 きゅうり 人参	醤油		
	ほうれん草のみそ汁			ほうれん草 えのき	みそ		牛乳
6/17 (土)	肉うどん	うどん 油	豚肉	玉ねぎ 人参	酒 醤油 mirin 砂糖	プチゼリー	菓子パン 北海道ミルクパン(卵・乳)
	ひじきの煮物			ひじき 人参 しいたけ	醤油 mirin		牛乳
6/19 (月)	ごはん	米				プチゼリー	菓子パン メロンパン(卵・乳)
	サケのごま焼き	ごま	サケ		酒 醤油 mirin		牛乳
	きゅうりの梅和え			きゅうり 人参 梅干し	醤油 砂糖		
6/20 (火)	ごはん	米				オレンジ	ボンデ風ドーナツ
	肉団子	片栗粉 油	豚挽肉 卵 豆腐	玉ねぎ 人参 しょうが	酢 クチャップ 醤油 砂糖		豆腐 強力粉 きび糖 卵 ベーキングパウダー 油
	かぼちゃのマヨサラダ	マヨネーズ(卵)		かぼちゃ きゅうり 人参			牛乳
	人参のすまし汁			人参 エリンギ	酒 醤油 mirin		
6/21 (水)	ごはん	米				フグル シューツ	ミルクパン
	カレーの磯焼き		カレー	青のり	酒 醤油 mirin		強力粉 ドライイースト 砂糖 塩 卵
	オクラの塩昆布和え		卵	オクラ もやし 塩昆布	醤油 mirin		練乳(乳) 牛乳 バター(乳)
	じゃがいものみそ汁	じゃがいも		ごぼう	みそ		アシドミルク(乳)
6/22 (木)	おろしうどん	うどん 油	しらす	大根 ねぎ	酒 醤油 mirin 砂糖	メロン	チャーハン
	厚揚げのしょうが炒め	油	厚揚げ	玉ねぎ チンゲン菜 しょうが	醤油 mirin		米 ハム 玉ねぎ 人参 人参 しょうが にんにく 鶏ガラの素 醤油 ごま油
	いりこ(幼児)		いりこ				牛乳
	チーズ(乳児)		チーズ(乳)				
6/23 (金)	ごはん	米				バナナ	あじさいゼリー
	アジのピザ焼き		アジ チーズ(乳)	玉ねぎ 人参 ピーマン	ピサソース 砂糖 クチャップ 酒		カルピス(乳) 牛乳 粉ゼラチン 砂糖 粉寒天 グレープジュース
	春雨の酢の物	春雨 すりごま		人参 きゅうり	酢 砂糖 醤油		牛乳
	小松菜のみそ汁			小松菜 しめじ	みそ		
6/24 (土)	牛丼	米	牛肉	玉ねぎ	砂糖 醤油 mirin	プチゼリー	菓子パン ミニデニッシュアップル(卵・乳)
	大根のすまし汁			人参 大根	酒 醤油 mirin		牛乳
6/26 (月)	パン	パン(乳)				オレンジ	きつねごはん
	シチュー	シチューミックス(卵) じゃがいも 薄力粉	鶏肉 牛乳	玉ねぎ 人参 グリンピース しめじ	酒		米 薄揚げ 人参 醤油 mirin 砂糖
	コールスローサラダ	マヨネーズ(卵)		キャベツ きゅうり コーン	酢 砂糖		牛乳
6/27 (火)	ごはん	米				パイナップル	納豆せんべい
	スパゲティオムレツ	油 スパゲティ	卵 サケ	玉ねぎ パプリカ いんげん しめじ	コンソメ クチャップ		納豆 チーズ(乳) 砂糖 片栗粉 大豆
	のり塩揚げじゃが	じゃがいも 油		青のり	塩		牛乳
	人参のすまし汁			きぬさや 人参	酒 醤油 mirin		
6/28 (水)	ごはん	米				メロン	じゃがいものボンデケーキ
	豆腐チャンプル	ごま油	豆腐 卵	キャベツ 人参 ニラ	酒 醤油 鶏ガラの素		じゃがいも 片栗粉 薄力粉 粉チーズ(乳) チーズ(乳) 人参
	人参しりしり	オリーブ油	ツナ	人参 もやし	醤油 mirin		牛乳
	わかめのみそ汁			まいたけ わかめ	みそ		
6/29 (木) お誕生日会 (うさぎ組・幼児)	ごはん	米				プチゼリー	プリン
	麻婆豆腐	ごま油 片栗粉	豚挽肉 豆腐	玉ねぎ 人参 しいたけ しょうが にんにく	酒 みそ 砂糖 醤油 鶏ガラの素		卵 牛乳 生クリーム(乳) きび糖
	ポテトサラダ	じゃがいも マヨネーズ(卵)		人参 きゅうり			牛乳
	中華スープ		卵	玉ねぎ チンゲン菜	鶏ガラの素 醤油		
6/30 (金)	ごはん	米				バナナ	ヨーグルト ココアヨーグルト(乳)
	サワラのにんにく醤油焼き		サワラ	にんにく しょうが	酒 醤油 mirin		お茶
	アスパラベーコン		ベーコン	アスパラ			
7/1 (土)	豚丼	米	豚肉	玉ねぎ	砂糖 醤油 mirin	プチゼリー	菓子パン 北海道ミルクパン(卵・乳)
	キャベツのすまし汁			しいたけ キャベツ	酒 醤油 mirin		牛乳
7/3 (月)	ごはん	米				パイナップル	ただききゅうり
	チンジャオロース	油	豚肉	玉ねぎ 人参 ピーマン もやし パプリカ しめじ	オイスターソース 砂糖 醤油		きゅうり 醤油 塩
	豆腐のナムル	ごま油	豆腐	刻みのり 人参 わかめ	醤油 砂糖		牛乳
	ニラのスープ			ニラ 玉ねぎ	鶏ガラの素 醤油		