

献立表



気温・湿度共に高く、ジメジメしたこの時期は体力や食欲が低下しやすくなります。今月は、梅雨を楽しく目からも食欲をそそるような献立を取り入れました。また、食中毒になりやすい時期です。衛生面に十分注意しながら安全な給食を提供していきます。



2021年06月

※献立レシビはいつでも差上げられますので声をかけて下さい。太子保育園

日付	献立					10時おやつ	3時おやつ (離乳食の食材)	行事
			中 期	後 期	完 了			
01 火	御飯 酢豚 小松菜ともやしの和え物 味噌汁(豆腐・わかめ)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、小松菜 豆腐、南瓜 野菜スープ	米 豚肉、玉葱 人参、小松菜、もやし 豆腐、麩	米 豚肉、玉葱 人参、小松菜、もやし 豆腐、わかめ	ブルー	フルーツ寒 (寒天、みかん)	衣替え
02 水	麦御飯 厚揚げの味噌炒め キャベツのナムル風サラダ すまし汁(あおさのり・麩)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、キャベツ 人参、じゃが芋 野菜スープ	米 挽肉、玉葱、豆腐 人参、キャベツ あおさ、麩	米 挽肉、玉葱、豆腐 人参、キャベツ あおさ、麩	ベビーチーズ	じゃが芋もち (じゃが芋、塩)	防犯訓練
03 木	ソースカツ丼 きゅうりとふの酢の物 味噌汁(たまねぎ・人参)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 キャベツ、玉葱 人参、さつまい 野菜スープ	米 挽肉、キャベツ 人参、きゅうり 玉葱、麩	米 挽肉、キャベツ 人参、きゅうり 玉葱、麩	茹大根	カルシウムせんべい (ホットケーキ粉 豆乳、きな粉)	
04 金	食パン 鶏肉のさっぱり焼き グラタン 洋風スープ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	食パン 玉葱、キャベツ 人参、じゃが芋 野菜スープ	米 鶏肉、レタス 人参、じゃが芋、マカロニ キャベツ、玉葱	米 鶏肉、レタス 人参、じゃが芋、マカロニ キャベツ、玉葱	豆乳	おかかおにぎり (米、かつお節)	諸費納入日
05 土	たぬきうどん キウイフルーツ 麦茶	主食 主菜 副菜	うどん、小松菜、人参 南瓜	うどん、小松菜、葱、人参 南瓜	うどん、小松菜、葱、人参 南瓜			
07 月	御飯(雑穀入り) 煮魚 おからサラダ 味噌汁(えのき・玉ねぎ)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 かじき、小松菜 玉葱、じゃが芋 野菜スープ	米 かじき、小松菜 人参、胡瓜、おから 玉葱、麩	米 かじき、小松菜 人参、胡瓜、おから 玉葱、えのき	牛乳(ストレート)	蒸しじゃがいも (じゃが芋、塩)	
08 火	ニラ豚チャーハン チョコレートサラダ ワントンスープ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、玉葱 キャベツ、さつまい 野菜スープ	米 挽肉、葱、レタス 人参、胡瓜 もやし、あさつき	米 挽肉、葱、レタス 人参、胡瓜 もやし、あさつき	ブルー	そら豆のスパゲッティ (スパゲッティ 玉葱、人参)	
09 水	麦御飯 回鍋肉 ジャーマンポテト 小松菜のスープ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、キャベツ 小松菜、じゃが芋 野菜スープ	米 豚肉、キャベツ 人参、いんげん、じゃが芋 小松菜、麩	米 豚肉、キャベツ、ピーマン、しいたけ 人参、いんげん、じゃが芋 小松菜、しめじ	きゅうり漬け	たい焼き 牛乳(ストレート) (さつまい、きな粉)	体操教室
10 木	御飯 チーズハンバーグ シルバーサラダ 野菜スープ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、キャベツ 人参、南瓜 野菜スープ	米 挽肉、玉葱、レタス 人参、胡瓜 キャベツ、玉葱	米 挽肉、玉葱、レタス 人参、胡瓜 キャベツ、玉葱	豆乳	あじさいゼリー (ヨーグルト、南瓜)	
11 金	わかめうどん かき揚げ ちくわ磯辺揚げ 飲むヨーグルト	主食 主菜 副菜 汁	うどん、小松菜、玉葱、人参 南瓜	うどん、小松菜、玉葱 人参 ヨーグルト、さつまい	うどん、小松菜、玉葱 人参 ヨーグルト、さつまい	蒸しじゃがいも	切干大根の 炊き込みおにぎり (米、かつお節)	
12 土	焼きそば オレンジ 麦茶	主食 主菜 副菜	そうめん、キャベツ、もやし じゃが芋	そうめん、豚肉、キャベツ、もやし じゃが芋	そうめん、豚肉、キャベツ、もやし じゃが芋			
14 月	御飯 白身魚のマヨネーズ焼き 五目豆煮 ウインナースープ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 たら、玉葱 キャベツ、じゃが芋 野菜スープ	米 たら、玉葱 人参、じゃが芋 キャベツ、玉葱	米 たら、玉葱 人参、じゃが芋 キャベツ、玉葱	きゅうり漬け	人参クッキー 牛乳(ストレート) (ホットケーキ粉 人参、豆乳)	
15 火	ロールパン 鶏肉のガーリックチーズパン粉焼き フレンチスパサラダ ミネストローネ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	食パン 人参、玉葱 キャベツ、じゃが芋 野菜スープ	食パン 鶏肉、レタス 人参、胡瓜 玉葱、じゃが芋	食パン 鶏肉、レタス 人参、胡瓜 玉葱、じゃが芋	豆乳	カルシウムおにぎり (米、小松菜 かつお節)	
16 水	御飯 肉じゃが セロリとトマトの和え物 味噌汁(油揚げ・大根)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、玉葱 大根、南瓜 野菜スープ	米 豚肉、玉葱 人参、胡瓜、じゃが芋 大根、麩	米 豚肉、玉葱 人参、胡瓜、じゃが芋 大根、麩	ベビーチーズ	フルーツバナナコッタ (豆乳、みかん 寒天)	内科健診
17 木	御飯(雑穀入り) 鯖のシュンユイ 野菜のピクルス 味噌汁(小松菜・ふ)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 かぶ、人参 小松菜、さつまい 野菜スープ	米 鮭、葱 人参、胡瓜、かぶ 小松菜、麩	米 鮭、葱 人参、胡瓜、かぶ 小松菜、麩	牛乳(ストレート)	ジャージャー麺 (うどん、ひき肉 人参)	避難訓練
18 金	麦御飯 カレー いんげんサラダ バナナ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 キャベツ、じゃが芋 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、レタス 人参、いんげん バナナ	米 豚肉、玉葱、レタス 人参、いんげん バナナ	茹大根	かみかみパン (ホットケーキ粉 きな粉、豆乳)	
19 土	サラダうどん オレンジ 麦茶	主食 主菜 副菜	うどん、大根、人参 南瓜	うどん、レタス、人参 オレンジ	うどん、レタス、人参 オレンジ			
21 月	御飯 鮭のレモン焼き マカロニサラダ 豆乳スープ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、人参 玉葱、じゃが芋 野菜スープ	米 鮭、葱、レタス 人参、胡瓜、マカロニ 玉葱、じゃが芋、豆乳	米 鮭、葱、レタス 人参、胡瓜、マカロニ 玉葱、じゃが芋、豆乳	ブルー	白玉だんご (南瓜)	
22 火	麦御飯 肉豆腐 ピーマンおほか 野菜味噌スープ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 豆腐、人参 キャベツ、さつまい 野菜スープ	米 豚肉、葱、豆腐 人参、キャベツ もやし、麩	米 豚肉、葱、豆腐 人参、キャベツ もやし、麩	きゅうり漬け	お好み焼き (小麦粉、キャベツ 青のり)	
23 水	冷やしたぬき ポテトサラダ ブルー、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	うどん、人参、キャベツ じゃが芋 野菜スープ	うどん、キャベツ 人参、胡瓜、じゃが芋 ブルー	うどん、キャベツ 人参、胡瓜、じゃが芋 ブルー	茹人参	鮭枝豆おにぎり (米、鮭)	音楽指導
24 木	御飯(雑穀入り) はんぺんフライ 金時豆煮、夏みかん 具だくさん味噌汁、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 キャベツ、じゃが芋 野菜スープ	米 ひき肉、キャベツ 人参、大根 玉葱、あさつき、じゃが芋	米 ひき肉、キャベツ 人参、大根 玉葱、あさつき、じゃが芋	豆乳	ブルーベリーマフィン (ホットケーキ粉 ジャム、豆乳)	誕生会
25 金	御飯 豚肉の生姜焼き かみかみナムル 味噌汁(チンゲンサイ・人参)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 チンゲン菜、南瓜 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、キャベツ 人参、胡瓜、もやし チンゲン菜、人参	米 豚肉、玉葱、キャベツ 人参、胡瓜、もやし チンゲン菜、人参	牛乳(ストレート)	ハムチーズトースト (食パン)	
26 土	スパゲッティ・ミートソース 野菜スープ 麦茶	主食 主菜 副菜	そうめん、玉葱、人参、キャベツ 南瓜	スパゲッティ、ひき肉、玉葱 人参 キャベツ、玉葱	スパゲッティ、ひき肉、玉葱 人参 キャベツ、玉葱			
28 月	御飯 あじのマリネ 切干大根の煮物 トマトと卵のスープ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、玉葱 大根、さつまい 野菜スープ	米 鮭、玉葱 人参、胡瓜 麩、あおさ	米 鮭、玉葱、しいたけ 人参、胡瓜 麩、あおさ	蒸しじゃがいも	ミートパイ (米、ひき肉 玉葱、人参)	
29 火	麦御飯 いり鶏 五目納豆 味噌汁(キャベツ・ねぎ)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、キャベツ 玉葱、南瓜 野菜スープ	米 鶏肉、もやし 人参、胡瓜、納豆 キャベツ、葱	米 鶏肉、もやし、しいたけ 人参、胡瓜、納豆 キャベツ、葱	きゅうり漬け	黒糖蒸しパン 牛乳(ストレート) (ホットケーキ粉 豆乳、黒糖)	
30 水	御飯 チンジャオロース じゃがソース わかめスープ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 キャベツ、玉葱 人参、じゃが芋 野菜スープ	米 豚肉、もやし 人参、じゃが芋 葱、麩	米 豚肉、もやし、たけのこ、ピーマン 人参、じゃが芋 葱、麩	豆乳	ココアティラミス (ホットケーキ粉 豆乳、きな粉)	

※献立は都合により変更することがあります。