



6月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき保育園
みつき乳児保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (水)	ごはん ささみフライ 塩っぺ和え 味噌汁 甘夏かん	米 鶏ささみ・塩・こしょう・小麦粉・パン粉・揚げ油・とんかつソース もやし・ほうれん草・切干大根・塩こんぶ 大根・人参・油揚げ・味噌 甘夏かん	じゃこ揚げせん 鮭のポテトおやき (鮭フレーク・じゃが芋・マヨネーズ 片栗粉)
2 (木)	ごはん 牛肉のスタミナ炒め 和え物 味噌汁 りんご	米 牛肉・油・玉葱・もやし・キャベツ・人参・にんにく・生姜・醤油・酒・みりん・砂糖 大根・人参・コーン・醤油・砂糖 しめじ・かぼちゃ・葱・味噌 りんご	ハッピーターン かたつむりパイ (パイシート・グラニュー糖) 
3 (金)	ごはん カレイの味噌マヨ焼き ココロサラダ スープ バナナ	米 カレイ・塩・こしょう・味噌・マヨネーズ きゅうり・ツナ・トマト・酢・砂糖・薄口・油・かつお節 人参・キャベツ・じゃが芋・鶏がらスープの素 バナナ 	クラッカー おにぎり (米・焼豚・コーン・人参・椎茸・ごま油 中華だしの素・醤油・塩)
4 (土)	中華風ごはん 中華スープ オレンジ	米・鶏肉・人参・椎茸・板こんにゃく・グリーンピース・ごま油・酒・醤油 塩・砂糖 玉葱・えのき・豆腐・葱・中華だしの素 オレンジ	野菜せんべい おにぎり
6 (月)	そぼろ丼 和え物 味噌汁 甘夏かん	米・豚挽肉・人参・生姜・いんげん・酒・砂糖・醤油・油 キャベツ・きゅうり・醤油・すりごま 油揚げ・玉葱・じゃが芋・味噌 甘夏かん	ビスケット ボーロ (小麦粉・無塩バター・砂糖・油)
7 (火)	ハヤシライス サラダ りんご	米・牛肉・油・人参・玉葱・しめじ・ハヤシルウ オクラ・コーン・酢・砂糖・薄口・油・かつお節 りんご 	野菜ステック ツナマヨトースト (食パン・ツナ・マヨネーズ)
8 (水)	ごはん 中華風唐揚げ ナムル 中華スープ オレンジ	米 鶏肉・にんにく・醤油・酒・みりん・ごま油・片栗粉・揚げ油 小松菜・人参・もやし・ツナ・酢・薄口・砂糖・ごま油・すりごま 玉葱・にら・春雨・中華だしの素 オレンジ 	クラッカー スイートパンプキン (かぼちゃ・バター・砂糖・生クリーム)
9 (木)	ごはん 鮭の味噌照り焼き 切干大根の煮物 すまし汁 バナナ	米 鮭・生姜・味噌・砂糖・みりん・酒 切干大根・油揚げ・人参・酒・砂糖・みりん・薄口 玉葱・椎茸・豆腐・葱・薄口・塩 バナナ 	スティックビスケット もちもちココアパン (白玉粉・豆乳・油・砂糖・ココア)
10 (金)	豆乳にんじん丸パン かぼちゃコロケ スティック野菜 スープ オレンジ	豆乳にんじん丸パン かぼちゃ・豚挽肉・玉葱・塩・こしょう・小麦粉・パン粉・揚げ油・中濃ソース 大根・きゅうり・酢・砂糖・薄口・ごま油・すりごま コーン・人参・キャベツ・鶏がらスープの素 オレンジ 	ソフトせんべい おにぎり (米・ツナ・塩こんぶ)
11 (土)	五目ごはん 味噌汁 バナナ	米・鶏肉・椎茸・油揚げ・人参・砂糖・醤油・みりん 大根・しめじ・玉葱・豆腐・葱・味噌 バナナ	ビスケット おにぎり
13 (月)	ごはん 卵焼き ひじきの煮物 味噌汁 オレンジ	米 卵・鶏肉・えのき・みつば・みりん・砂糖・薄口・塩 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 椎茸・じゃが芋・人参・味噌 オレンジ 	クラッカー リッツサンド (リッツ・ブルーベリージャム)
14 (火)	ごはん 肉豆腐 和え物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・油・豆腐・糸こんにゃく・玉葱・人参・椎茸・白葱・砂糖・醤油・みりん・酒 大根・人参・きゅうり・醤油・かつお節 しめじ・玉葱・油揚げ・味噌 バナナ 	ハッピーターン ポテトフライ (じゃが芋・揚げ油・塩・青のり)
15 (水)	ごはん 厚揚げ麻婆 サラダ スープ りんご	米 厚揚げ・豚挽肉・玉葱・人参・椎茸・葱・にんにく・生姜・味噌・醤油 テンメンジャン・砂糖・酒・片栗粉・ごま油 キャベツ・きゅうり・ツナ・酢・砂糖・醤油・ごま油 人参・もやし・えのき・中華だしの素 りんご 	野菜スティック ゼリー
16 (木)	ごはん 鯖の竜田揚げ ごま和え 味噌汁 甘夏かん	米 鯖・生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油 ほうれん草・人参・醤油・すりごま 豆腐・大根・カットわかめ・味噌 甘夏かん 	野菜せんべい さつま芋蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳・砂糖・油 さつま芋)

	献立名	材料名	おやつ
17 (金)	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・生姜・酢・醤油・砂糖・みりん・酒 小松菜・切干大根・醤油 玉葱・かぼちゃ・油揚げ・味噌 オレンジ	ソフトせんべい ココアクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 無塩バター・生クリーム・ココア)
18 (土)	ピラフ スープ オレンジ	米・鶏肉・ミックスベジタブル・塩・こしょう・鶏がらスープの素 人参・キャベツ・しめじ・玉葱・鶏がらスープの素 オレンジ	スティックビスケット おにぎり
20 (月)	ごはん チンジャオロースー 中華きゅうり スープ バナナ	米 豚肉・ごま油・たけのこ・人参・赤ピーマン・黄ピーマン・ピーマン・酒 生姜・砂糖・醤油・中華だしの素・塩・こしょう・片栗粉 きゅうり・醤油・塩こんぶ・ごま・ごま油 コーン・春雨・玉葱・中華だしの素・ごま油  バナナ	野菜スティック サンドウィッチ (サンドウィッチ用食パン・いちごジャム) 
21 (火)	ごはん レバーの甘辛煮 和え物 味噌汁 りんご	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・みりん・砂糖 キャベツ・大根・ツナ・醤油 えのき・人参・さつま芋・味噌 りんご	野菜せんべい かぼちゃ白玉団子 (白玉粉・かぼちゃ・醤油・砂糖・みりん 片栗粉)
22 (水)	ごはん 鮭の照り焼き 煮浸し 味噌汁 バナナ	米 鮭・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油 小松菜・油揚げ・切干大根・酒・みりん・醤油 豆腐・玉葱・人参・味噌 バナナ	ソフトせんべい きなこドーナツ (ホットケーキミックス・絹ごし豆腐・砂糖 きな粉・揚げ油)
23 (木)	ビビンバ バンサンスー スープ オレンジ	米・豚挽肉・もやし・人参・ほうれん草・にんにく・テンメンジャン 味噌・醤油・砂糖・中華だしの素・ごま油 春雨・きゅうり・酢・砂糖・薄口・ごま油・ツナ・すりごま しめじ・にら・キャベツ・コーン・中華だしの素 オレンジ	ハッピーターン あずきスコーン (ホットケーキミックス・ゆであずき 豆腐・油)
24 (金)	ひじきごはん 梅しそつくね 和え物 味噌汁 すいか	米・鶏肉・人参・ひじき・酒・みりん・砂糖・醤油 豆腐・鶏挽肉・玉葱・梅干し・青じそ・生姜・米粉パン粉・酒・醤油・砂糖 オクラ・人参・大根・醤油・砂糖・かつお節 じゃが芋・椎茸・玉葱・味噌 すいか	クラッカー あじさいかん (ぶどうジュース・りんごジュース・粉寒天 砂糖) 
25 (土)	豚丼 味噌汁 バナナ	米・豚肉・油・玉葱・人参・椎茸・砂糖・醤油・酒・みりん・片栗粉 大根・油揚げ・えのき・葱・味噌 バナナ 	ビスケット おにぎり
27 (月)	ごはん 酢豚 チョレギ風サラダ 中華スープ オレンジ	米 豚肉・片栗粉・揚げ油・玉葱・人参・ピーマン・酢・ケチャップ・砂糖・醤油 キャベツ・ちくわ・人参・もみりのり・醤油・ごま油・ごま もやし・コーン・チンゲン菜・中華だしの素 オレンジ	ソフトせんべい ホットケーキ (ホットケーキミックス・砂糖・豆乳・油)
28 (火)	ごはん 鯖の煮付け おなか和え 味噌汁 バナナ	米 鯖・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 オクラ・コーン・醤油・砂糖・かつお節 えのき・人参・豆腐・葱・味噌 バナナ	クラッカー マカロニきなこ (マカロニ・きなこ・砂糖・塩)
29 (水)	ごはん 鶏肉の香味焼き 納豆和え 味噌汁 ぶどう	米 鶏肉・葱・にんにく・生姜・酒・砂糖・醤油・ごま油 人参・もやし・ほうれん草・納豆・醤油 油揚げ・大根・椎茸・味噌 ぶどう	野菜せんべい 抹茶蒸しパン (ホットケーキミックス・抹茶・豆乳・油)
30 (木)	冷やしうどん 炒めもの 粉ふきいも バナナ	うどん・鶏ささみ・人参・きゅうり・もやし・コーン・めんつゆ・生姜 レモン汁・白ごま・ごま油 豚挽肉・チンゲン菜・しめじ・ごま油・醤油 じゃが芋・青のり・塩 バナナ	野菜スティック はらぺこあおむしのマフィン (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター・牛乳 グラニュー糖・卵・ほうれん草・チーズ)

天候等の理由により、一部献立が変わる場合もありますので、あらかじめご了承ください

- ★ マヨネーズ、生中華麺、ちくわ、パイシート、ビスケット類については、卵不使用のものを使用しています。
- ★ ホットケーキミックス、豆乳丸パン、豆乳にんじん丸パン、食パンについては卵・乳不使用のものを使用しています。
- ★ みつき乳児保育園の0～2歳児は午前おやつ・午後おやつ、みつき保育園の3～5歳児は、給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます。
- ★ 土曜日の午後おやつは、おにぎりまたはおやつパンを提供します。