



# 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 (木)	てりやきバーガー フライドポテト ソテー スープ すいか	豆乳丸パン・豚挽肉・玉葱・人参・米粉パン粉・塩・こしょう 醤油 みりん・酒・砂糖・片栗粉 じゃが芋・塩・揚げ油 キャベツ・コーン・ツナ・塩・こしょう もやし・玉葱・人参・鶏がらスープの素 すいか	ハッピーターン そぼろおにぎり (米・豚挽肉・醤油・砂糖・油)
2 (金)	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	畑のクラッカー ココアボーロ (小麦粉・無塩バター・砂糖・油・ココア)
3 (土)	五目ごはん 味噌汁 オレンジ	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・味噌 オレンジ	白い風船 おにぎり
5 (月)	ごはん チンジャオロースー 中華きゅうり スープ オレンジ	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 オレンジ	ビスケット アメリカンドッグ (ホットケーキミックス・牛乳・揚げ油 ウインナー)
6 (火)	ごはん 卵焼き ひじきの煮物 味噌汁 バナナ	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 バナナ	ソフトせんべい あずきパイ (パイシート・ゆであずき)
7 (水)	豚丼 和え物 味噌汁 甘夏かん	米・豚肉・生姜・油・玉葱・人参・糸こんにゃく・椎茸・砂糖・醤油・薄口・片栗粉 ほうれん草・切干大根・ツナ・醤油・すりごま なめこ・豆腐・葱・味噌 甘夏かん	畑のクラッカー もちもちチーズパン (白玉粉・牛乳・油・ピザチーズ・粉チーズ)
8 (木)	ごはん 鯖の煮付け 納豆和え 味噌汁 バナナ	米 鯖・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 人参・もやし・小松菜・納豆・醤油・かつお節 さつま芋・玉葱・大根・味噌 バナナ	白い風船 そら豆くんクッキー (米粉・砂糖・無塩バター・牛乳・抹茶)
9 (金)	ごはん ささみフライ 酢の物 味噌汁 オレンジ	米 鶏ささみ・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・コーン・酢・砂糖・薄口 えのき・かぼちゃ・玉葱・味噌 オレンジ	ビスケット マカロニきなこ (マカロニ・きなこ・砂糖・塩)
10 (土)	中華丼 スープ バナナ	米・豚肉・ごま油・玉葱・人参・コーン・青梗菜・椎茸・中華だしの素・薄口・塩・片栗粉 もやし・人参・豆腐・カットわかめ・中華だしの素 バナナ	ハッピーターン おにぎり
12 (月)	ハヤシライス サラダ オレンジ	米・牛肉・油・人参・玉葱・しめじ・じゃが芋・ハヤシルウ オクラ・コーン・酢・砂糖・薄口・油・すりごま オレンジ	畑のクラッカー あじさいかん (ぶどうジュース・りんごジュース・砂糖 粉寒天)
13 (火)	ごはん すき焼き風煮 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・しらす干し・醤油 しめじ・玉葱・油揚げ・味噌 バナナ	ソフトせんべい ラスク (豆乳丸パン・バター・グラニュー糖)
14 (水)	ごはん 麻婆春雨 サラダ スープ すいか	米 春雨・豚挽肉・玉葱・人参・椎茸・葱・にんにく・生姜・味噌・醤油 砂糖・酒・片栗粉・ごま油 キャベツ・きゅうり・ツナ・トマト・酢・砂糖・醤油・油 人参・もやし・えのき・中華だしの素 すいか	ビスケット はらぺこあおむしパンケーキ (ホットケーキミックス・砂糖・牛乳・油 ほうれん草)
15 (木)	ごはん 鯖の竜田揚げ ごま和え 味噌汁 オレンジ	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 オレンジ	ハッピーターン リッツサンド (リッツ・いちごジャム)

	献立名	材料名	おやつ
16 (金)	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・マーマレードジャム・酒・醤油・にんにく もやし・切干大根・きゅうり・かつお節・醤油 しめじ・かぼちゃ・油揚げ・味噌 バナナ	ソフトせんべい かたつむりクッキー (米粉・砂糖・きなこ・無塩バター・牛乳 黒すりごま)
17 (土)	鶏ごぼうごはん けんちん汁 オレンジ	米・鶏挽肉・人参・ごぼう・酒・みりん・砂糖・醤油・油 人参・大根・豆腐・板こんにゃく・葱・塩・薄口・みりん オレンジ	白い風船 おにぎり
19 (月)	ホイコーロー丼 サラダ 中華スープ すいか	米・豚肉・ごま油・人参・ピーマン・キャベツ・ニラ・にんにく・生姜 砂糖・酒・醤油・味噌・片栗粉 きゅうり・トマト・コーン・すりごま・酢・薄口・砂糖・ごま油 カットわかめ・玉葱・しめじ・中華だしの素 すいか	畑のクラッカー おたのしみ蒸しパン (ホットケーキミックス・牛乳・砂糖・油 ココア)
20 (火)	ごはん 鶏のごま味噌焼き 和え物 すまし汁 オレンジ	米 鶏肉・味噌・砂糖・醤油・みりん・ごま オクラ・人参・ちくわ・かつお節・醤油 豆腐・椎茸・玉葱・薄口・塩 オレンジ	パッピーターン チーズいももち (じゃが芋・ピザチーズ・粉チーズ 片栗粉・無塩バター)
21 (水)	ごはん 鮭のタルタル焼き サラダ スープ バナナ	米 鮭・塩・こしょう・人参・玉葱・マヨネーズ 大根・きゅうり・酢・砂糖・塩 玉葱・しめじ・キャベツ・鶏がらスープの素 バナナ	ビスケット キャロット蒸しパン (ホットケーキミックス・砂糖・牛乳・油 人参)
22 (木)	ごはん 焼肉風炒め 和え物 味噌汁 オレンジ	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 切干大根・人参・ちくわ・かつお節・醤油 油揚げ・かぼちゃ・椎茸・味噌 オレンジ	ソフトせんべい 小倉団子 (白玉粉・絹ごし豆腐・ゆであずき)
23 (金)	枝豆ごはん レバーと鶏肉の甘辛煮 酢の物 味噌汁 バナナ	米・枝豆・酒・塩・塩っぺ 鶏レバー・鶏肉・片栗粉・揚げ油・醤油・みりん・砂糖・酒 ほうれん草・人参・ツナ・酢・薄口・砂糖 大根・えのき・人参・味噌 バナナ	畑のクラッカー パフェ (フルーチェ・牛乳・みかん缶・りんご コーンフレーク)
24 (土)	甘辛混ぜごはん 味噌汁 オレンジ	米・豚挽肉・油・人参・椎茸・油揚げ・酒・醤油・みりん じゃが芋・人参・もやし・玉葱・味噌 オレンジ	ハッピーターン おにぎり
26 (月)	ごはん ひりょうず ゆかり和え 味噌汁 オレンジ	米 豚挽肉・豆腐・ひじき・椎茸・玉葱・片栗粉・塩・酒・薄口・揚げ油 キャベツ・切干大根・ゆかり 玉葱・人参・なす・葱・味噌 オレンジ	ビスケット スイートパンプキン (かぼちゃ・バター・砂糖・生クリーム)
27 (火)	ごはん カレイの味噌マヨ焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 カレイ・塩・こしょう・味噌・マヨネーズ 人参・オクラ・醤油・かつお節 えのき・さつま芋・玉葱・味噌 バナナ	白い風船 ドーナツ (ホットケーキミックス・白玉粉・砂糖 絹ごし豆腐・揚げ油)
28 (水)	ごはん 和風ミートローフ 酢の物 味噌汁 ぶどう	米 豚挽肉・豆腐・玉葱・人参・椎茸・酒・醤油・塩・こしょう・米粉パン粉 きゅうり・大根・酢・薄口・砂糖 しめじ・玉葱・厚揚げ・葱・味噌 ぶどう	畑のクラッカー プチピザ (クラッカー・玉葱・コーン・ケチャップ ピザチーズ)
29 (木)	冷やしうどん 鶏の照り焼き 和え物 すいか	うどん・オクラ・トマト・コーン・めんつゆ・生姜・レモン汁・白ごま・ごま油 鶏肉・生姜・醤油・みりん・酒 人参・きゅうり・ツナ・醤油 すいか	ハッピーターン 枝豆おにぎり (米・枝豆・鶏挽肉・油・醤油・酒・みりん 砂糖)
30 (金)	ごはん 中華風唐揚げ バンサンスー 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 きゅうり・春雨・ツナ・酢・薄口・砂糖・油・すりごま コーン・にら・人参・中華だしの素 オレンジ	ソフトせんべい かぼちゃマフィン (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・かぼちゃ)

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、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。