



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

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