



6月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき古志原保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (土)	ツナとひじきの炊き込みごはん 和え物 すまし汁 バナナ	米・ツナ・ひじき・酒・みりん・醤油 人参・きゅうり・すりごま・醤油 鶏肉・玉葱・豆腐・えのき・葱・塩・薄口 バナナ	ぱりんこ おにぎり
3 (月)	ごはん レバーの酢豚風 和え物 味噌汁 りんご	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・玉葱・人参・ピーマン・酢・ケチャップ・砂糖・醤油 ほうれん草・人参・もやし・醤油・ごま油 なす・玉葱・しめじ・葱・味噌 りんご	スティックビスケット あじさいかん (ぶどうジュース・りんごジュース・水・砂糖・粉寒天)
4 (火)	食パン 鶏肉のオーロラ焼き サラダ スープ オレンジ	食パン 鶏肉・マヨネーズ・ケチャップ・パセリ きゅうり・キャベツ・ツナ・酢・砂糖・薄口・油 人参・玉葱・えのき・じゃが芋・鶏がらスープの素 オレンジ	ぼんがし わかめおにぎり (米・炊き込みわかめ)
5 (水)	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 和え物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・油・玉葱・もやし・キャベツ・人参・生姜・にんにく・醤油・酒・みりん・砂糖 小松菜・コーン・人参・醤油・かつお節 しめじ・玉葱・豆腐・葱・味噌 バナナ	ビスケット ケロちゃんクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・無塩バター 豆乳生クリーム)
6 (木)	ごはん 鶏肉の磯辺揚げ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・米粉・片栗粉・ベーキングパウダー・青のり・塩・揚げ油 切干大根・人参・きゅうり・醤油・すりごま 人参・油揚げ・大根・葱・味噌 オレンジ	薄焼きせんべい チーズいももち (じゃが芋・豆乳・塩・ピザチーズ・片栗粉)
7 (金)	そばろごはん 鮭の照り焼き 納豆和え 味噌汁 りんご	米・豚挽肉・油・醤油・酒・砂糖 鮭・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油 もやし・キャベツ・ほうれん草・納豆・醤油・もみのり かぼちゃ・玉葱・椎茸・カットわかめ・味噌 りんご	リッツ ひよこ蒸しパン (ホットケーキミックス・牛乳・砂糖・油・コーン・黒ごま)
8 (土)	チキンライス スープ バナナ	米・鶏肉・油・玉葱・ミックスベジタブル・ケチャップ・塩・鶏がらスープの素 えのき・玉葱・コーン・じゃが芋・鶏がらスープの素 バナナ	ぱりんこ おにぎり
10 (月)	ごはん かえるのケロちゃんバーグ 春雨サラダ 味噌汁 オレンジ	米 豚挽肉・人参・玉葱・椎茸・ほうれん草・塩・こしょう・米粉パン粉・ケチャップ きゅうり・人参・ツナ・酢・砂糖・薄口・ごま油 人参・しめじ・豆腐・葱・味噌 オレンジ	ビスケット マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
11 (火)	ごはん カレーの味噌焼き 切干大根の煮物 すまし汁 バナナ	米 カレー・酒・みりん・砂糖・味噌 切干大根・油揚げ・人参・酒・砂糖・みりん・薄口 玉葱・椎茸・人参・カットわかめ・薄口・塩 バナナ	ぼんがし チヂミ (人参・玉葱・ほうれん草・ツナ・小麦粉 水・鶏がらスープの素)
12 (水)	ごはん 豆腐のふわとろボール 塩っぺ和え 味噌汁 オレンジ	米 豆腐・鶏挽肉・コーン・玉葱・椎茸・塩・薄口・片栗粉・揚げ油 もやし・キャベツ・人参・塩こんぶ かぼちゃ・玉葱・油揚げ・葱・味噌 オレンジ	スティックビスケット リッツサンド (リッツ・いちごジャム)
13 (木)	ごはん チンジャオロースー 中華きゅうり スープ りんご	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・生姜・ 酒・砂糖・醤油・鶏がらスープの素・塩・こしょう・片栗粉 きゅうり・酢・砂糖・醤油・ごま油 えのき・コーン・春雨・チンゲン菜・鶏がらスープの素 りんご	リッツ 大学芋 (さつまいも・砂糖・醤油・みりん・揚げ油・黒ごま)
14 (金)	冷やしうどん おひたし かぼちゃの天ぷら バナナ	うどん・鶏ササミ・人参・きゅうり・コーン・めんつゆ・レモン果汁・生姜・ごま油 ほうれん草・人参・醤油・かつお節 かぼちゃ・米粉・ベーキングパウダー・薄口・塩・揚げ油 バナナ	薄焼きせんべい カレーピラフおにぎり (米・ミックスベジタブル・豚挽肉・油・塩 カレー粉・玉葱・鶏がらスープの素)
15 (土)	さけごはん 和え物 豚汁 オレンジ	米・さけフレーク もやし・きゅうり・すりごま・醤油 豚肉・人参・大根・油揚げ・さつまいも・葱・味噌 オレンジ	ぱりんこ おにぎり

	献立名	材料名	おやつ
17 (月)	ごはん ささみフライ サラダ スープ りんご	米 鶏ささみ・塩・こしょう・小麦粉・パン粉・中濃ソース オクラ・トマト・コーン・酢・砂糖・薄口・油・かつお節 人参・玉葱・えのき・じゃが芋・鶏がらスープの素   りんご	リッツ だるまさんクッキー (米粉・砂糖・牛乳・無塩バター・食紅・ココア) 
18 (火)	えだまめくんごはん 鶏肉の香味焼き ごま和え 味噌汁 オレンジ	米・枝豆・酒・塩・塩こんぶ 鶏肉・葱・にんにく・生姜・酒・砂糖・醤油・ごま油 キャベツ・人参・切干大根・すりごま・醤油 玉葱・カットわかめ・油揚げ・味噌 オレンジ	ビスケット じゃこマヨクラッカー (クラッカー・しらす干し・コーン・ごま マヨネーズ・ピザチーズ)
19 (水)	豚丼 きゅうり漬け 味噌汁 バナナ	米・豚肉・油・玉葱・人参・椎茸・もやし・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口・片栗粉 きゅうり・ごま油・醤油・塩こんぶ 人参・なす・キャベツ・葱・味噌 バナナ	薄焼きせんべい アメリカンドッグ (ホットケーキミックス・牛乳・ウインナー・揚げ油 ケチャップ)
20 (木)	ごはん サバの竜田揚げ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 サバ・生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油 オクラ・ちくわ・黄ピーマン・醤油・砂糖・かつお節 えのき・人参・かぼちゃ・葱・味噌 オレンジ	スティックビスケット ココア蒸しパン (ホットケーキミックス・牛乳・砂糖・油・ココア)
21 (金)	ごはん 肉豆腐 ゆかり和え 味噌汁 バナナ	米 豚肉・油・豆腐・糸こんにゃく・玉葱・人参・白葱・砂糖・醤油・みりん・酒 切干大根・きゅうり・人参・ゆかり 玉葱・じゃが芋・葱・味噌 バナナ	リッツ きなこ揚げパン (豆乳丸パン・きな粉・砂糖・塩・揚げ油)
22 (土)	ドライカレー スープ オレンジ	米・豚挽肉・油・生姜・にんにく・玉葱・人参・ピーマン・トマト・カレールウ 玉葱・えのき・人参・豆腐・鶏がらスープの素 オレンジ	ぱりんこ おにぎり
24 (月)	麻婆丼 バンサンスー スープ バナナ	米・豚挽肉・生姜・にんにく・ごま油・豆腐・玉葱・人参・椎茸・白葱 醤油・砂糖・味噌・酒・鶏がらスープの素・片栗粉 きゅうり・ツナ・春雨・すりごま・酢・薄口・砂糖・ごま油 もやし・コーン・玉葱・にら・鶏がらスープの素 バナナ	スティックビスケット ゼリー
25 (火)	ごはん つくね焼き ひじきの煮物 味噌汁 オレンジ	米 豆腐・鶏挽肉・玉葱・キャベツ・米粉パン粉・酒・みりん・醤油・塩 ひじき・ちくわ・人参・醤油・砂糖 えのき・油揚げ・なす・味噌 オレンジ	ほんがし はらぺこあおむしのパンケーキ (ホットケーキミックス・ほうれん草・牛乳・砂糖・油) 
26 (水)	ごはん サバの煮付け 納豆和え 味噌汁 りんご	米 サバ・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 人参・小松菜・キャベツ・納豆・醤油・もみのり 玉葱・しめじ・かぼちゃ・葱・味噌 りんご	ビスケット 抹茶ボーロ (小麦粉・無塩バター・油・砂糖・抹茶)
27 (木)	夏野菜カレー ココロサラダ オレンジ	米・鶏肉・油・人参・玉葱・なす・しめじ・かぼちゃ・カレールウ きゅうり・コーン・トマト・酢・砂糖・薄口・油・かつお節 オレンジ 	薄焼きせんべい フルーツポンチ (りんご・バナナ・みかん・砂糖・水)
28 (金)	ごはん 甘酢チキン ごま和え 味噌汁 りんご	米 鶏肉・酢・醤油・砂糖・片栗粉・揚げ油 ほうれん草・人参・もやし・醤油・すりごま 人参・しめじ・じゃが芋・味噌 りんご	ビスケット かたつむりパイ (パイシート・ココア・グラニュー糖) 
29 (土)	鮭レタスチャーハン 中華スープ バナナ	米・鮭フレーク・レタス・葱・醤油・薄口・鶏がらスープの素・塩・こしょう・ごま油 豚肉・人参・しめじ・もやし・豆腐・にら・鶏がらスープの素 バナナ 	ぱりんこ おにぎり

- ★ 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、豆乳かぼちゃ丸パンについては、卵・乳不使用のものを使用しています。
- ★ 午前おやつ・午後おやつ時に牛乳を飲みます。
- ★ カレールウ・ハヤシルウについては、卵・乳・小麦不使用のものを使用しています。
- ★ 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。

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