



6月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき中央保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (月)	ごはん 卵焼き ひじきの和え物 味噌汁 オレンジ	米 卵・鶏肉・えのき・みつば・砂糖・薄口・みりん・塩 ひじき・キャベツ・人参・酢・砂糖・醤油・ごま油 豆腐・玉葱・かぼちゃ・味噌 オレンジ	ビスケット 米粉カレーまん (米粉・片栗粉・ベーキングパウダー・ カレー粉・牛乳・油・鶏挽肉・白葱・塩・ ごま油・醤油・酒・砂糖・片栗粉)
2 (火)	ごはん つくね焼き 味噌切り干し すまし汁 バナナ	米 鶏挽肉・豚挽肉・豆腐・玉葱・片栗粉・酒・みりん・醤油・塩 切干大根・人参・油揚げ・味噌・砂糖・みりん・醤油 たけのこ・椎茸・白菜・カットわかめ・薄口・塩 バナナ	おせんべい かぼちゃコロッケ (かぼちゃ・豚挽肉・玉葱・小麦粉・ パン粉・塩・こしょう・揚げ油)
3 (水)	ごはん 梅しそ唐揚げ 塩っぺ和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・片栗粉・揚げ油・酒・青しそ・梅干し・砂糖・みりん・醤油 白菜・きゅうり・コーン・塩こんぶ えのき・ごぼう・玉葱・みつば・味噌 オレンジ	リッツ フルーツケーキ (ホットケーキミックス・砂糖・牛乳・ 無塩バター・もも缶・バナナ)
4 (木)	ごはん カレイの醤油マヨ焼き モロヘイヤの和え物 味噌汁 バナナ	米 カレイ・マヨネーズ・醤油・葱・いりごま モロヘイヤ・もやし・人参・ツナ・醤油 豆腐・しめじ・大根・味噌 バナナ	シガーフライ 紅茶ボーロ (小麦粉・砂糖・無塩バター・油・ 紅茶)
5 (金)	ごはん 味噌肉野菜炒め 酢の物 すまし汁 美生柑	米 豚バラ肉・キャベツ・玉葱・人参・椎茸・味噌・酒・みりん・砂糖・ごま油・ 鶏がらスープの素 きゅうり・大根・カットわかめ・酢・砂糖・薄口 油揚げ・もやし・舞茸・葱・塩・薄口 美生柑	クラッカー ヨーグルト
6 (土)	ツナごはん 根菜汁 オレンジ	米・ツナ・しそ・いりごま・砂糖・醤油・みりん 豆腐・人参・れんこん・大根・味噌 オレンジ	ビスケット おやつパン
8 (月)	ごはん 豚肉と厚揚げのごま炒め 和え物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・厚揚げ・キャベツ・椎茸・おろし生姜・すりごま・ポン酢・砂糖・塩・ごま油 白菜・もやし・ツナ・醤油 玉葱・麩・しめじ・みつば・味噌 バナナ	おせんべい お好み揚げ (豆腐・キャベツ・小麦粉・青のり・ かつお節・塩・揚げ油・お好みソース)
9 (火)	ごはん ちくわの磯部揚げ 和え物 豚汁 美生柑	米 ちくわ・青のり・小麦粉・揚げ油 キャベツ・しめじ・コーン・醤油 豚肉・油・人参・さつま芋・えのき・葱・味噌 美生柑	リッツ いちご蒸しパン (ホットケーキミックス・牛乳・油・ 砂糖・いちごパウダー・いちごジャム)
10 (水)	和風じゃこスパゲティ かぼちゃのそぼろ煮 和え物 バナナ	スパゲティ・油・しらす干し・ツナ・玉葱・人参・ほうれん草・酒・醤油・塩・ 鶏がらスープの素 豚挽肉・油・かぼちゃ・みりん・醤油・砂糖・酒・片栗粉 大根・オクラ・砂糖・醤油 バナナ	シガーフライ おにぎり (米・牛肉・醤油・砂糖・生姜・玉葱・ 油・焼きのり)
11 (木)	春雨豚丼 ナムル 肉団子スープ オレンジ	米・春雨・豚肉・玉葱・人参・椎茸・たけのこ・おろし生姜・酒・みりん・ 砂糖・醤油・ごま油 ほうれん草・もやし・醤油・砂糖・おろしにんにく・ごま油・いりごま 肉団子・舞茸・コーン・ニラ・中華だしの素 オレンジ	クラッカー ケロケロクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・抹茶・油・ 砂糖・生クリーム・ココア・粉糖)
12 (金)	ごはん 鮭のタルタル焼き ピクルス スープ バナナ	米 鮭・塩・こしょう・マヨネーズ・玉葱・パセリ・油 大根・人参・きゅうり・酢・砂糖・塩 鶏肉・油・じゃが芋・白菜・えのき・鶏がらスープの素 バナナ	ビスケット クロックムッシュ風 (食パン・シチュールウ・ピザチーズ・ 牛乳)
13 (土)	ごぼうの混ぜごはん 味噌汁 オレンジ	米・鶏肉・人参・ごぼう・干し椎茸・醤油・酒・塩・砂糖・油 白菜・大根・油揚げ・味噌 オレンジ	おせんべい おやつパン
15 (月)	ごはん 麻婆豆腐 中華きゅうり 中華スープ バナナ	米 豆腐・豚挽肉・ごま油・玉葱・人参・干し椎茸・にら・酒・おろし生姜・ おろしにんにく・味噌・砂糖・テンメンジャン・醤油・片栗粉 きゅうり・酢・砂糖・薄口・ごま油・塩・かつお節 しめじ・青梗菜・もやし・コーン・中華だしの素 バナナ	リッツ チーズボール (チーズ・ホットケーキミックス・ 牛乳・揚げ油)

	献立名	材料名	おやつ
16 (火)	ごはん 鯖のごま煮 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鯖・すりごま・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 切干大根・もやし・人参・醤油・砂糖 なめこ・さつまいも・白菜・みつば・味噌	シガーフライ クラッカーサンド (クラッカー・ブルーベリージャム・ クリームチーズ)
17 (水)	トマトおこわ 鶏肉とじゃが芋の甘辛煮 和え物 味噌汁 甘夏かん	米・もち米・鶏肉・トマト・中華だしの素・塩・酒 鶏肉・酒・塩・こしょう・片栗粉・じゃが芋・揚げ油・醤油・砂糖・酒・みりん・いりごま きゅうり・大根・醤油・砂糖・かつお節 人参・玉葱・えのき・油揚げ・白葱・味噌	リッツ マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
18 (木)	カレーライス サラダ チーズ オレンジ	米・鶏肉・人参・玉葱・じゃが芋・しめじ・油・カレールウ オクラ・コーン・酢・砂糖・薄口・すりごま スティックチーズ オレンジ	ビスケット ツナパン (ホットケーキミックス・牛乳・ ツナ・玉葱・マヨネーズ)
19 (金)	ごはん レバーのケチャップ煮 酢の物 味噌汁 バナナ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・ケチャップ 人参・小松菜・ツナ・酢・薄口・砂糖 豆腐・椎茸・かぼちゃ・カットわかめ・味噌	おせんべい きな粉パイ (パイシート・きな粉・グラニュー糖)
20 (土)	とりめし 味噌汁 オレンジ	米・鶏肉・しめじ・えのき・酒・砂糖・醤油・みりん・ごま油 人参・大根・油揚げ・じゃが芋・葱・味噌 オレンジ	リッツ おやつパン
22 (月)	パン チキンビーンズ サラダ ワントンスープ バナナ	パン 鶏肉・水煮大豆・玉葱・人参・じゃが芋・トマトピューレ・ケチャップ・砂糖・ 鶏がらスープの素・油 ツナ・キャベツ・薄口・油・酢・砂糖 豚挽肉・ごま油・人参・もやし・玉葱・ニラ・ワントンの皮・鶏がらスープの素 バナナ	シガーフライ ハリハリおにぎり (米・切干大根・炊き込みわかめ・ ごま油・いりごま)
23 (火)	ごはん 豆腐の旨煮 和え物 味噌汁 甘夏かん	米 豆腐・豚バラ肉・白菜・人参・椎茸・白葱・糸こんにゃく・醤油・酒・塩・ 鶏がらスープの素・片栗粉・油 きゅうり・切干大根・醤油・砂糖 なめこ・油揚げ・じゃが芋・カットわかめ・味噌	クラッカー りんごの餃子パイ (りんご・無塩バター・砂糖・ 餃子の皮)
24 (水)	ごはん 鮭フライ ごま酢和え 味噌汁 オレンジ	米 鮭・塩・小麦粉・パン粉・揚げ油・ウスターソース キャベツ・人参・砂糖・酢・薄口・すりごま 鶏肉・油・玉葱・さつまいも・味噌	ビスケット  あじさい寒天  (粉寒天・砂糖・ぶどうジュース・ りんごジュース)
25 (木)	そばろごはん 鶏肉ののり焼き 納豆和え 味噌汁 甘夏かん	米・豚挽肉・葱・酒・砂糖・醤油 鶏肉・刻みのり・醤油・酒・みりん・砂糖 ほうれん草・もやし・納豆・かつお節・醤油 大根・厚揚げ・椎茸・みつば・味噌	おせんべい てるてる坊主パン (白玉粉・砂糖・油・牛乳・ココア)
26 (金)	ごはん 鶏肉のトマト煮 サラダ 春雨スープ バナナ	米  鶏肉・おろしにんにく・玉葱・ホールトマト缶・油・鶏がらスープの素・砂糖・酒 キャベツ・もやし・酢・砂糖・薄口・油 春雨・豚挽肉・油・人参・しめじ・玉葱・鶏がらスープの素	リッツ スイートポテト (さつまいも・砂糖・生クリーム・ バター)
27 (土)	塩焼きそば スープ オレンジ	焼きそば麺・豚肉・玉葱・人参・もやし・葱・塩・こしょう・ごま油・薄口・ 鶏がらスープの素 豚挽肉・油・人参・玉葱・じゃが芋・鶏がらスープの素・塩・こしょう オレンジ	シガーフライ おやつパン
29 (月)	ごはん 和風ミートローフ 和え物 味噌汁 バナナ	米 豚挽肉・玉葱・人参・椎茸・酒・醤油・塩・こしょう・パン粉 きゅうり・大根・醤油・砂糖・かつお節 キャベツ・えのき・豆腐・葱・味噌	クラッカー  かいじゅうドーナツ (小麦粉・ベーキングパウダー・ 油・牛乳・砂糖・揚げ油)
30 (火)	ごはん 鯖の照り焼き 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鯖・醤油・みりん・生姜・砂糖・酒 ささみ・酒・塩・キャベツ・人参・醤油・砂糖・すりごま 大根・人参・さつまいも・みつば・味噌	ビスケット カルピスケーキ (ホットケーキミックス・カルピス・ 牛乳・油)

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