

献立表 6 がつ

乳児(あひる・あかつき), 幼児(もい き・あおぞり)

6月は少しずつ気温が高くなり、夏に近づいていきます。給食からも夏のおとすれを感じて欲しいと思い、冷しゃぶ、とうもろこし、フルーツあんかけなどたくさん取り入れました。米30日はおやつに『水無月』を食べます。……

	① 14・28	② 1・15・29	③ 2・16・30	④ 3・17	⑤ 4・18	⑥ 5・19
献立	ビビンバ 中華スープ くだもの	魚のいそバ焼き 畑の玉ねぎDE とろとろ煮 スティック野菜	厚あげDEチャンプル ほうれん草の梅和え すまし汁	かぼちゃのカレー コールスロー サラダ	乳児 カレイの梅煮, 幼児 鯛の梅煮, きゅうりとオクラの 中華風和え物 みそ汁	豚肉の生姜焼き オクラのおかか和え みそ汁
材料	ごはん 乳幼 牛肉 30 40 太もやし 20 30 きゅうり 18 25 or ほうれん草 人参 10 15 ねぎ 1 2 にんにく 10 粉 (しょうゆ, 酒, 砂糖, みりん, ごま油) 大根 18 25 人参 5 7 玉ねぎ 15 20 わかめ 0.3 0.4 コーン 5 7 (鶏がらスープ, 塩, 圓のピワ, さくらんぼ など)	ごはん 乳幼 魚 40 60 骨のり (酒, しょうゆ, 油) 豚ミンチ 15 20 新玉ねぎ 45 70 人参 4 5 えんどう豆 5 8 片栗粉 2 3 (しょうゆ, 酒, みりん, 砂糖) じゃがいも 18 25 トマト 15 20 きゅうり 10 15 とう豆 1 2 (塩)	ごはん 乳幼 豚肉 30 40 厚あげ 18 25 玉ねぎ 20 30 人参 6 8 ピーマン 4 5 土佐毒 0.2 0.3 (しょうゆ, 塩) ほうれん草 30 45 人参 4 6 えのき 6 8 梅干し 0.7 1 花かつお (しょうゆ) なす 15 20 なめこ 8 10 ねぎ 0.7 1 (酒, みりん, 塩, しょうゆ)	ごはん 乳幼 合挽きミンチ 30 40 かぼちゃ 40 60 人参 15 20 玉ねぎ 30 40 バター 3 4.5 小麦粉 6 8 カレー粉 0.2 0.3 スキムミルク 1 1.5 ヨーグルト 3 4 チーズ 1 2 (ケチャップ, 黒砂糖, 塩) キャベツ 30 40 赤いワカ 2 4 きゅうり 5 7 コーン 2 3 (酢, 砂糖, 塩, オリーブ油)	ごはん 乳幼 カレイ or いわし 40 60 酒, みりん, 砂糖, しょうゆ, 梅干し, 土佐毒 きゅうり 10 15 オクラ 3 5 トマト 10 15 太もやし 15 20 大根 6 8 (酢, 砂糖, 塩, しょうゆ, ごま油) 玉ねぎ 15 20 人参 5 7 油あげ 3 4 (味噌)	ごはん 乳幼 豚肉 30 45 玉ねぎ 10 15 なす 20 30 大葉 0.7 1 土佐毒 0.2 0.3 (酒, しょうゆ) オクラ 18 25 きゅうり 4 5 人参 3 4 花かつお (しょうゆ) ふ 0.7 1 わかめ 0.3 0.4 (味噌)
おやつ	とうもろこし, 牛乳	ミルクフランス, 牛乳 (フランスパン・ロール, 牛乳, コーンスターチ, 砂糖, ココア, 抹茶 など)	2,16日) カキハチ, 牛乳 (クッキー, シェム, ムンゴ, シュータン, レーズン, 砂糖, 30日) 水無月, お茶, (強力粉, 白玉粉, 葛粉, 砂糖, 塩, 甘納豆)	フルーツあんかけ, お茶 (果糖, 砂糖, あんこ, バナナ, みかん皮, 梅干, ほうろ番茶, 抹茶 など)	手づくりパン, お茶 (強力粉, パン酵母, 砂糖, 砂糖, 塩, オリーブ油, レーズン, ココア, コーン など)	おせんべい など お茶
献立	冷しゃぶ みそ汁 くだもの	肉じゃが きゅうりとわかめの ごま酢和え すまし汁	アジフライ キャベツととうもろこ しのサラダ コンソメスープ	かぼちゃのそば あんかけ ネバネバサラダ みそ汁	コーンクリームシチュー 新玉ねぎとパプリカの マリネ	ぎつねうどん キャベツとしらすの おひたし
材料	ごはん 乳幼 豚肉 30 45 キャベツ 20 30 きゅうり 7 10 ピーマン 3 5 黄ハツウリ 4 6 トマト 15 20 三度豆 3 5 (すだち or レモン 各 5個 かぼす) (しょうゆ, 砂糖, 酒, みりん) かぼちゃ 20 30 玉ねぎ 15 20 ねぎ 0.7 1 (味噌) オレンジ, さくらんぼ など)	ごはん 乳幼 牛肉 30 40 じゃがいも 40 60 玉ねぎ 25 40 人参 15 20 つきこんにゃく 7 10 (酒, しょうゆ, みりん, 砂糖) きゅうり 25 35 わかめ 0.3 0.4 ごま 0.7 1 (酢, 砂糖, 塩) まいたけ 5 7 しめじ 5 7 えのき 5 7 オクラ 4 5 (酒, みりん, しょうゆ, 塩)	ごはん 乳幼 アジ 40 60 小麦粉 4 6 パプリカ 5 7 油 (塩) キャベツ 25 40 とうもろこし 5 7 人参 3 4 ひびき 0.7 1 トマト 7 10 (マヨネーズ, 塩) 新玉ねぎ 15 20 人参 5 7 水煮大豆 7 10 パプリカ (コンソメ, 塩)	ごはん 乳幼 豚ミンチ 30 40 かぼちゃ 40 60 玉ねぎ 10 15 ニラ 1 2 片栗粉 3 4 (酒, しょうゆ, 砂糖, みりん) オクラ 7 10 めかぶ 7 10 人参 3 5 えのき 2 3 モロヘイヤ 3 5 大根 7 10 きゅうり 4 6 (しょうゆ, みりん) 豆腐 20 30 わかめ 0.3 0.4 (味噌)	パン 乳幼 ベーコン 30 40 じゃがいも 40 60 玉ねぎ 30 40 人参 10 15 ほうれん草 4 6 コーンクリーム 10 15 バター 3 4.5 小麦粉 5 6.8 牛乳 25 35 スキムミルク 1 2 チーズ 0.7 1 (塩) 新玉ねぎ 16 25 赤パプリカ 4 6 黄ハツウリ 4 6 きゅうり 6 8 (酢, 砂糖, 塩, オリーブ油)	ごはん 乳幼 うどん 40 60 油あげ 3 5 ねぎ 1 2 天かす 0.7 1 (昆布, 酒, みりん, 塩, 砂糖, うすロシ 濃口しょうゆ) キャベツ 25 35 人参 2 4 しらす 1 2 (しょうゆ)
おやつ	スコーン, 牛乳 (小麦粉, パン酵母, グラニュー糖, バター, 牛乳, スキムミルク, ココア, レーズン など)	冷やしうどん, お茶 (うどん玉, うすロシ 酒, 濃口しょうゆ, みりん, 砂糖, 塩, 天かす, わかめ, ねぎ, とろろ昆布 など)	バナナケーキ, 牛乳 (小麦粉, パン酵母, 砂糖, 砂糖, バナナ, サラダ油, 豆乳)	ホップコーンととう豆, 牛乳 (生ホップコーン, 油, 塩, 青のり, カレー粉 など) とう豆	ごはんせんべい, お茶 (米, 桜えび, 青のり, ちりめんしほ, 青じそ, ごま, ごま油, しょうゆ など)	ビスケット など お茶

☆味の微調整のために、調味料は材料の欄に記載がなくても使用することがあります。