



# 6月 給食献立表



2021年

日	曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	火	カントリースープ ふくさ焼き パイナップル	粉 乳 ★人参ケーキ	豚もも・ベーコン・さくらえび うずら卵水煮缶詰・油揚げ・豚ひき肉 木綿豆腐・鶏卵・脱脂粉乳 普通牛乳	じゃがいも・さといも・有塩バター オリーブ油・車糖・ホットケーキミックス	にんじん・大根・ほうれんそう・キャベツ こねぎ・ほんしめじ・ほしひじき 生しいたけ・さやいんげん パインアップル缶詰
2	水	ササ身のフライ スパソテー ミニトマト 大根とわかめのみそ汁 みかん缶	麦 茶 元気ヨーグルト アンパンマン煎餅	ささ身・鶏卵・ベーコン・油揚げ 麦みそ・煮干し	薄力粉・パン粉・なたね油 マカロニ・スパゲッティ・オリーブ油 元気ヨーグルト・甘辛せんべい	たまねぎ・青ピーマン・にんじん ほんしめじ・ミニトマト・大根・わかめ こねぎ・みかん缶詰
3	木	鯛の照り焼き ホウレン草の白和え じゃが芋の味噌汁 オレンジ	粉 乳 ★ちんすこう	ぶり・木綿豆腐・蒸しかまぼこ 麦みそ・油揚げ・煮干し・脱脂粉乳	車糖・ごま・じゃがいも・薄力粉 オリーブ油	ほうれんそう・にんじん・こねぎ バレンシアオレンジ
4	金	白雪ひじき 一食納豆 バナナ	粉 乳 ★スイートポテト	鶏もも・油揚げ・蒸しかまぼこ 木綿豆腐・鶏卵・糸引き納豆 脱脂粉乳・鶏卵・クリーム・普通牛乳	じゃがいも・車糖・オリーブ油 さつまいも・有塩バター	ほしひじき・にら・にんじん・バナナ
5	土	ラーメン 春巻き 甘夏缶	牛 乳 ココアワッフル	鶏もも・絹ごし豆腐・脱脂粉乳 普通牛乳・きな粉	中華めん・オリーブ油・白湯 なたね油・春巻・ワッフル	たまねぎ・りょうとうもやし・キャベツ・こねぎ にんじん・スイートコーン缶詰 なつみかん缶詰
7	月	牛肉&豆腐・野菜の煮物 ピーマン昆布 オレンジ	粉 乳 ★揚げパン	牛もも・絹ごし豆腐・脱脂粉乳 普通牛乳・きな粉	うどん・オリーブ油・車糖・食パン 薄力粉・なたね油	ほくさい・にんじん・えのきたけ チンゲンサイ・こねぎ・青ピーマン 昆布つくだ煮・バレンシアオレンジ
8	火	鶏肉のスタミナ焼き アスパラスパソテー ミニトマト 南瓜のみそ汁 バナナ	粉 乳 ☆たこ焼き	鶏もも・ベーコン・油揚げ・麦みそ 煮干し・脱脂粉乳・かつお節	マカロニ・スパゲッティ・オリーブ油 マヨネーズ・たこ焼き	にら・たまねぎ・青ピーマン・にんじん ほんしめじ・アスパラガス・ミニトマト 西洋かぼちゃ・わかめ・こねぎ・バナナ あおりのり
9	水	金平ごぼう 焼きししゃも (白身魚 もも組) みかん缶	粉 乳 ブッチンプリン	鶏もも・油揚げ・さつまいも揚げ 蒸しかまぼこ・ししゃも・脱脂粉乳	車糖・オリーブ油・白身魚 カスタードデイング	ごぼう・れんこん・にんじん・たまねぎ 生しいたけ・にら・みかん缶詰
10	木	白身魚の甘露煮 キャベツの酢の物 豆腐の味噌汁 パイナップル	粉 乳 ☆フライドポテト	かに風味かまぼこ・鶏卵・絹ごし豆腐 麦みそ・煮干し・脱脂粉乳	白身魚・かたくり粉・なたね油・車糖 ごま油・フライドポテト・オリーブ油	きゅうり・にんじん・わかめ・キャベツ カットわかめ・こねぎ・パインアップル缶詰
11	金	豚汁 豆腐のまさご揚げ バナナ	麦 茶 ★炊き込みご飯 べつたらづけ	豚もも・絹ごし豆腐・油揚げ・麦みそ 木綿豆腐・さくらえび・鶏ひき肉 しらす干し・鶏卵	さといも・じゃがいも・オリーブ油 かたくり粉・なたね油・米	大根・にんじん・たまねぎ・こねぎ・ごぼう ほんしめじ・りょうとうもやし・日本かぼちゃ バナナ・べつたら漬
12	土	肉味噌スパゲッティ なめたけ和え りんごゼリー オニオン&ワカメスープ	牛 乳 蒸し苺ケーキ	豚ひき肉・麦みそ・普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ・車糖・かたくり粉 オリーブ油・蒸し苺ケーキ	にんじん・たまねぎ・りょうとうもやし グリーンピース・えのきたけ・ほうれんそう りんご缶詰・わかめ
14	月	肉じゃが ナスのはさみ揚げ オレンジ	粉 乳 ★ミックスピザ	豚もも・うずら卵水煮缶詰・豚ひき肉 鶏卵・脱脂粉乳・ベーコン エダムチーズ	じゃがいも・車糖・オリーブ油・薄力粉 パン粉・なたね油・ピザクラスト	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・なす バレンシアオレンジ・青ピーマン
15	火	鶏の唐揚げ ポテトサラダ(シーチキン) ミニトマト 豆腐の味噌汁 みかん缶	粉 乳 チーズ ミニサラダ煎餅	鶏もも・まぐろ缶詰・鶏卵 蒸しかまぼこ・絹ごし豆腐・麦みそ 煮干し・脱脂粉乳・プロセスチーズ	かたくり粉・なたね油・じゃがいも マヨネーズ・甘辛せんべい	きゅうり・にんじん・ブロッコリー スイートコーン缶詰・ミニトマト・カットわかめ こねぎ・みかん缶詰
16	水	春雨と豚肉の炒め物 のりの佃煮 麩のすまし汁 オレンジ	粉 乳 ★きな粉ボーロ	豚ばら・蒸しかまぼこ・鶏卵・煮干し 脱脂粉乳・きな粉	緑豆はるさめ・ごま・車糖・オリーブ油 焼きふ・薄力粉	にんじん・キャベツ・青ピーマン チンゲンサイ・たまねぎ・生しいたけ あまのり・えのきたけ・カットわかめ・こねぎ バレンシアオレンジ
17	木	白身魚のタルタルソース 温野菜 南瓜のみそ汁 バナナ	粉 乳 ★ピーチフルーツサンド	鶏卵・蒸しかまぼこ・油揚げ・麦みそ 煮干し・脱脂粉乳・ホイップクリーム	白身魚・薄力粉・パン粉・なたね油 マヨネーズ・食パン	パセリ・にんじん・たまねぎ・レモン キャベツ・きゅうり・スイートコーン缶詰 ブロッコリー・西洋かぼちゃ・わかめ こねぎ・バナナ・もも缶詰
18	金	吉野汁 牛肉男爵コロッケ パイナップル	粉 乳 ★ソーセージ蒸しパン	鶏もも・絹ごし豆腐・油揚げ 脱脂粉乳・魚肉ソーセージ・鶏卵 普通牛乳	さといも・かたくり粉・コロッケ なたね油・ホットケーキミックス・ごま油	大根・にんじん・えのきたけ・生しいたけ りょうとうもやし・西洋かぼちゃ・こねぎ パインアップル缶詰
19	土	月見うどん 三色和え グレープゼリー	牛 乳 アスパラガスビスケット	さつまいも揚げ・蒸しかまぼこ・鶏卵 かつお節・普通牛乳	うどん・車糖・ごま・ビスケット	にんじん・こねぎ・ま昆布・ほうれんそう りょうとうもやし・グレープフルーツ飲料
21	月	五目煮豆 クリームコロッケ オレンジ	粉 乳 ★マドレーヌ	鶏もも・だいず・厚揚げ・さつまいも揚げ 脱脂粉乳・鶏卵・普通牛乳	車糖・オリーブ油・コロッケ・なたね油 ホットケーキミックス・有塩バター	ま昆布・たけのこ・さやいんげん 日本かぼちゃ・にんじん・大根 バレンシアオレンジ
22	火	ポークカレー シーチキン&温野菜 ヤクルト	粉 乳 ★スティックパイ	豚ばら・まぐろ缶詰・蒸しかまぼこ 脱脂粉乳・鶏卵	じゃがいも・オリーブ油・ヤクルト パイ皮・グラニュー糖	にんじん・たまねぎ・ほんしめじ 日本かぼちゃ・ブロッコリー・福神漬 キャベツ・きゅうり・スイートコーン缶詰・トマト
23	水	蓮根ハンバーグ ほうれん草ソテー ミニトマト 大根とわかめのみそ汁 パイナップル	粉 乳 ★いりこのかりかり揚げ 星たべよ煎餅	牛ひき肉・豚ひき肉・木綿豆腐・鶏卵 ベーコン・油揚げ・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳	パン粉・車糖・オリーブ油・黒砂糖 なたね油・甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・キャベツ れんこん・ほうれんそう・ほんしめじ スイートコーン缶詰・ミニトマト・大根・わかめ こねぎ・パインアップル缶詰・干しぶどう
24	木	白身魚の甘酢あん マカロニサラダ 豆腐の味噌汁 バナナ	粉 乳 ★ココアゼリー	鶏卵・ロースハム・蒸しかまぼこ 絹ごし豆腐・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳・普通牛乳・クリーム	白身魚・かたくり粉・オリーブ油・車糖 水・マカロニ・スパゲッティ・マヨネーズ	きゅうり・にんじん・スイートコーン缶詰 ブロッコリー・カットわかめ・こねぎ・バナナ 寒天
25	金	【お誕生会】 じゃこしそご飯 鶏の唐揚げ 海老フライ 冷しゃぶサラダ かぼちゃの煮物 あおさと豆腐の清汁 メロン	ジョア ブルーベリー チーズケーキ	しらす干し・鶏もも・ブラックタイガー 鶏卵・豚ロース・絹ごし豆腐・煮干し	ごま・かたくり粉・なたね油・薄力粉 パン粉・車糖・ジョア ブルーベリー チーズケーキ	しそ・キャベツ・きゅうり・にんじん スイートコーン・トマト・西洋かぼちゃ 乾しいたけ・あおさ・メロン
26	土	焼きそば ショーロンポー じゃが芋の味噌汁 パイナップル	牛 乳 ミニチョコパン	豚もも・蒸しかまぼこ・油揚げ・麦みそ 煮干し・普通牛乳	中華めん・オリーブ油 ショーロンポー・じゃがいも チョコココロネ	にんじん・たまねぎ・青ピーマン・キャベツ あおりのり・こねぎ・パインアップル缶詰
28	月	鶏肉と野菜のうま煮 海老カツ オレンジ	粉 乳 ★ハンバーガー	鶏もも・厚揚げ・蒸しかまぼこ 脱脂粉乳	さといも・オリーブ油・車糖 えびフライ・なたね油・ロールパン マヨネーズ	れんこん・ごぼう・にんじん・生しいたけ 大根・さやいんげん・バレンシアオレンジ レタス・トマト
29	火	鶏肉団子スープ 甘塩鮭焼き バナナ	粉 乳 ★じゃが焼き	鶏ひき肉・鶏卵・油揚げ・絹ごし豆腐 べにざけ・脱脂粉乳	かたくり粉・車糖・オリーブ油 じゃがいも・無塩バター	たまねぎ・にんじん・ほんしめじ 日本かぼちゃ・キャベツ・こまつな・こねぎ 大根・バナナ
30	水	肉じゃがコロッケ ほうれん草ソテー ミニトマト 豆腐の味噌汁 オレンジ	粉 乳 ★フランクソテー	豚ひき肉・鶏卵・ベーコン 絹ごし豆腐・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳・フランクフルト	オリーブ油・車糖・じゃがいも・薄力粉 パン粉・なたね油	たまねぎ・にんじん・ほうれんそう ほんしめじ・スイートコーン缶詰・ミニトマト カットわかめ・こねぎ・バレンシアオレンジ

(※ このマークの日はご飯はいりません)

★は手作りおやつです。

・25日(金)お誕生会・・・ お米を0.5合持たせてください。(たんぼぼ・つくし・ひまわり組)

### 【食中毒に気をつけましょう】

梅雨時期は湿度が高くなり、細菌の繁殖が心配されます。

乳児、幼児は抵抗力が弱いので気をつけましょう。

調理時に菌がつかないように、生肉・生魚を切るまな板と包丁は、生で食べる野菜を切る物と区別しましょう。

冷蔵庫を過信せず、作り置きは控えましょう。

