

2021年6月予定献立表

緑丘保育園

曜日	日	昼食	材料名	0,1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕食
月	14 28	鮭の梅焼き だいこんとつくね煮 ごはん 北海道味噌汁	鮭・味噌・梅びしお・みりん・酒・素精糖 鶏ひき・長葱・パン粉・塩・大根・人参・青菜・素精糖・醤油・塩・酒・みりん 精白米・胚芽米 じゃがいも・アスパラ・コーン缶・玉葱・煮干し・味噌	とろみつき	チーズじゃがもち じゃがいも・片栗粉・パセリ・とろけるチーズ マーガリン・塩 くだもの・牛乳	焼きおにぎり 精白米・胚芽米・かつおぶし・ごま 醤油・みりん 麦茶	鶏肉の味噌漬け焼き・きゅうりのしらす和え 鶏肉・味噌・みりん・酒 きゅうり・しらす・醤油・酢(乳児は酢無し) 焼きおにぎり・すまし汁
火	1 15 29	豆腐のカレー煮 さつまいもの刻み昆布煮 ごはん いんげんともやし味噌汁	豆腐・豚肉・玉葱・人参・干し椎茸・ピーマン・油・塩・カレー粉・醤油・みりん さつまいも・刻み昆布・みりん・砂糖・醤油 精白米・胚芽米 いんげん・もやし・玉葱・青菜・味噌・煮干し		冷やしうどん 干しうどん・かつおだし・みりん・醤油・塩・いんげん 卵・エビ・油揚げ・砂糖・醤油 くだもの・牛乳	しらすと油揚げおにぎり 精白米・胚芽米・しらす・油揚げ・塩・醤油 みりん・ごま 麦茶	魚の南部焼き・大根と鶏肉の炒め煮 魚・醤油・みりん・ごま 大根・鶏肉・人参・青菜・油・醤油・砂糖・酒 しらすと油揚げのごはん・すまし汁
水	2 16 30	豚肉の梅肉炒め アスパラ華風和え ごはん もやしとさくらげスープ	豚肉・米酢・梅びしお・にんじん・玉葱・ひじき・キャベツ・ピーマン・油・マヨネーズ アスパラ・にんじん・素精糖・米酢・醤油・ごま油 精白米・胚芽米 もやし・にんじん・青菜・さくらげ・長葱・醤油・塩・かつおだし	豚ひき・酢なし	和風ツナおにぎり 精白米・胚芽米・ツナ缶・玉葱・油・醤油・みりん・海苔 くだもの・牛乳	クリームチーズパン クリームチーズパン 麦茶	魚のピザ風・コールスローサラダ 魚・塩・油・とろけるチーズ・玉葱・パセリ・ケチャップ キャベツ・コーン・きゅうり・人参・油・酢・塩 クリームチーズパン・スープ
木	3 17	ハヤシライス ニラとえのきのお浸し 麩と青菜のすまし汁	精白米・胚芽米・牛肉・玉葱・人参・じゃが芋・クリンピース・トマト缶・油・薄力粉・バター・ケチャップ・ウスターソース・塩 ニラ・えのき・醤油・かつおだし 焼きたて・青菜・椎茸・塩・醤油・絹豆腐・かつおだし	ひき肉 きゅうりゆで	黒蒸しパン 小麦粉・全粒粉・ベーキングパウダー・黒砂糖・卵 レーズン・牛乳・豆乳 くだもの・牛乳	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり 麦茶	ニラと豆腐のハンバーグ・肉じゃが ニラ・豚ひき・豆腐・小麦粉・塩・砂糖・醤油・油・人参 じゃがいも・豚肉・玉葱・人参・いんげん・砂糖・醤油・酒・油 ゆかりごはん・味噌汁
金	4 18	白身魚とアスパラのかき揚げ にんじんといんげんのごま和え ごはん 高野豆腐の味噌汁	白身魚・アスパラ・薄力粉・卵・塩・油 にんじん・いんげん・ごま・醤油・かつおだし・素精糖 精白米・胚芽米 高野豆腐・にんじん・玉葱・青菜・岩のり・味噌・煮干し		きなこラスク 食パン・きなこ・砂糖・マーガリン くだもの・牛乳	芋けんぴ さつまいも・油・メープルシロップ 麦茶	鶏南うどん・芋けんぴ 干しうどん・鶏肉・長葱・青菜・醤油・塩・かつおだし くだもの
土	5 19	マーボーうどん かぼちゃのブルーン煮 ゼリー	干しうどん・豚ひき・生姜・にんじん・長葱・干し椎茸・豆腐・味噌・油・片栗粉・かつおだし・塩・醤油・みりん・ニラ かぼちゃ・ブルーン・砂糖・塩 みかんジュース・水・素精糖・アガー		ラスク・チーズ ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン・ バター・素精糖 一口チーズ くだもの・牛乳		
月	7 21	千草焼き アスパラポテトソテー ごはん キャベツと玉葱の味噌汁	豚ひき肉・玉葱・人参・卵・生姜・小松菜・油・醤油・みりん・塩・かつおだし アスパラ・じゃがいも・油・塩 精白米・胚芽米 キャベツ・玉葱・わかめ・人参・味噌・煮干し		チーズマフィン 薄力粉・全粒粉・ベーキングパウダー・バター・素精糖・ 卵・牛乳・パルメザンチーズ くだもの・牛乳	昆布おにぎり 精白米・胚芽米・刻み昆布・人参 油揚げ・醤油・砂糖・油 麦茶	魚の海苔味噌焼き・かぶとキャベツの浅漬け 魚・味噌・アレルギー用マヨネーズ・海苔 かぶ・かぶの葉・キャベツ・塩 昆布ごはん・すまし汁
火	8 22	揚げだし豆腐のあんかけ いんげんのごま味噌和え ごはん ごぼうとかぶのけんちん汁	豆腐・片栗粉・薄力粉・油・豚ひき・干し椎茸・長葱・人参・素精糖・醤油・酒・片栗粉 いんげん・ごま・素精糖・みりん・味噌 精白米・胚芽米 ごぼう・かぶ・かぶ菜・油揚げ・塩蔵わかめ・味噌・煮干し		マカロニグラタン マカロニ・鶏肉・人参・玉葱・マッシュルーム・パセリ・油 小麦粉・バター・牛乳・豆乳・塩・粉チーズ・パン粉 くだもの・牛乳	ココアラスク 食パン・ココア・砂糖・マーガリン 麦茶	魚のマヨネーズ焼き・マセドアンサラダ 魚・塩・アレルギー用マヨネーズ・パセリ・マッシュルーム じゃがいも・かぼちゃ・きゅうり・レーズン・塩・油・酢 食パン・スープ
水	9 23	いわしハンバーグ ひじきのサラダ 人参パン ポテトコーンスープ	いわし・豚ひき・玉葱・パン粉・味噌・塩・生姜 ひじき・醤油・きゅうり・にんじん・鶏ささみ・塩・マヨネーズ・オリーブ油・米酢 人参パン じゃがいも・玉葱・クリームコーン缶・青菜・バター・牛乳・豆乳・塩・かつおだし・鶏がらだし	野菜ゆで	かんぴょうごはん 精白米・胚芽米・人参・かんぴょう・油揚げ・素精糖・醤油 海苔・ごま くだもの・牛乳	わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ 麦茶	松風焼き・切干大根煮 鶏ひき肉・豚ひき肉・長葱・玉葱・味噌・パン粉・生姜・ごま 切干大根・人参・干し椎茸・油揚げ・油・醤油・砂糖・みりん・いんげん わかめごはん・味噌汁
木	10 24	鯛のあんかけ きゅうりのごまよごし 梅ごはん かぼちゃ豆乳味噌汁	鯛・片栗粉・油・人参・椎茸・玉葱・たけのこ・トマトケチャップ・酢・醤油・片栗粉・ピーマン きゅうり・塩・ごま 精白米・胚芽米・梅干し・大葉(幼児)・ごま かぼちゃ・玉葱・わかめ・青菜・味噌・豆乳・煮干し		大学芋 さつまいも・砂糖・醤油・油・ごま くだもの・牛乳	豚飯おにぎり 精白米・胚芽米・豚肉・たけのこ・人参 青菜・醤油・酒・塩・ごま油 麦茶	豆腐チャンプル・かぼちゃの煮物 豆腐・ニラ・もやし・人参・ベーコン・かつお節・醤油・塩・片栗粉・油 かぼちゃ・砂糖・醤油・塩・みりん 豚飯・スープ
金	11 25	ピラフ 鶏むねの塩から揚げ風 トマト大豆のサラダ わかめとえのきのスープ	精白米・胚芽米・ベーコン・玉葱・にんじん・しめじ・ピーマン・塩・油 鶏むね・酒・塩・素精糖・マヨネーズ・生姜・にんにく・片栗粉・油 トマト・大豆・きゅうり・米酢・油・塩・米酢・なたね油・素精糖・醤油・塩 塩蔵わかめ・えのき・長葱・青菜・塩・醤油・ごま・ごま油	野菜ゆで	ブルーベリーサンド 食パン・ブルーベリージャム くだもの・牛乳	じゃがバター じゃが芋・バター・塩・青のり 麦茶	カレーうどん・じゃがバター 干しうどん・豚肉・人参・玉葱・ピーマン・キャベツ・小麦粉・バター・カレー粉 塩・醤油 くだもの
土	12 26	冷やし肉うどん じゃがいものごま味噌和え フルーチポンチ	干しうどん・豚肉・素精糖・醤油・長葱・昆布・青菜・醤油・酒・みりん・にんじん・塩 じゃがいも・味噌・素精糖・ごま・みりん・酒 みかん缶・もも缶・パイン缶・上白糖・干しぶどう	肉刻み	パン・小魚 ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン 食べる小魚(醤油・砂糖・ごま) くだもの・牛乳		

* 幼児)エネルギー560kcal たんぱく22.6g 脂質17.7g * 乳児)エネルギー442kcal たんぱく質17.7g 脂質14.1g * 0才児クラスのみ 9時30分おやつは牛乳(豆乳)があります。* 3時のおやつは牛乳は豆乳入りです * 材料の関係で献立が変更になることもあります。