



# 6月予定献立



2017年6月  
風の子第二保育園

日	曜日	午前のおやつ	主食	おかず	主な材料	午後のおやつ	
1	15	木	豆乳 ドリンク	ごはん	かじきのネギ味噌焼き いんげんのゴマ和え 肉じゃが きのこ汁	かじき ネギ いんげん もやし ゴマ 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ にんじん 白滝 くしめじ えのき 舞茸 油揚げ	大豆ごはん(米 大豆 にんじん 油揚げ) ほうれん草の煮浸し 昆布
2	金	トマト	菜めし	キャベツメンチ かぶの甘酢漬け 刻み昆布の煮物 味噌汁	牛豚ひき肉 キャベツ 玉ねぎ 卵 パン粉 かぶ かぶの葉 刻み昆布 にんじん さつま揚げ こんにやく くじゃが芋 玉ねぎ ワカメ	焼きおにぎり(米) スティックきゅうり するめ	
16日 お弁当の日							
3	土	干し芋	ごはん	鶏肉の照り焼き マカロニサラダ 味噌汁	鶏肉 マカロニ きゅうり ハム マヨネーズ くすのき 大根	/	
17	土	干し芋	ごはん	鮭の味噌焼き フレッシュサラダ かき玉汁	鮭 レタス きゅうり ハム 黄色ピーマン 卵 ネギ ほうれん草		
5	19	月	豆乳 ドリンク	ごはん	鶏つくねのおろしソース トマト添え れんこんとひじきの煮物 味噌汁	鶏ひき肉 にんじん 卵 生椎茸 大根 オクラ トマト れんこん ひじき にんじん こんにやく 油揚げ く茄子 豆腐	新じゃが芋の塩茹で(じゃが芋) きゅうりの即席漬け 煮干し
6	20	火	大根	ごはん	かつおの竜田揚げ きゅうりのさっぱり和え 厚揚げと野菜の味噌炒め 味噌汁	かつお 片栗粉 きゅうり ゴマ 厚揚げ 豚肉 キャベツ にんじん 玉ねぎ チンゲン菜 もやし 生椎茸	鶏ごぼうごはん(米 鶏肉 にんじん ごぼう 干し椎茸) ほうれん草の煮浸し 昆布
7	21	水	7日じゃが芋 21日すいか	ごはん	豚肉のバーベキュー焼き 野菜炒め 切干大根サラダ 味噌汁	豚肉 りんご キャベツ 玉ねぎ もやし 切干大根 ツナ きゅうり マヨネーズ くなめこ 豆腐 ネギ	みたらし団子(上新粉) アスパラ 煮干し
8	22	木	豆乳 ドリンク	ごはん	鶏肉の味噌焼き 青菜のゴマ和え 大根のきんぴら かき玉汁	鶏肉 小松菜 もやし にんじん 油揚げ 大根 こんにやく 竹輪 卵 ネギ えのき	ツナひじきごはん(米 ツナ ひじき にんじん) トマト 昆布
9	23	金	干し芋	菜めし	鮭と野菜のオープン焼き トマト添え 鶏肉と高野豆腐の煮物 味噌汁	鮭 玉ねぎ じゃが芋 しめじ ピーマン トマト 鶏肉 高野豆腐 にんじん こんにやく いんげん くかぶ もやし 油揚げ	ジャージャー麺(中華麺 豚ひき肉 ネギ きゅうり もやし) するめ
10	土	干し芋	ごはん	ポークピカタ 即席漬け 味噌汁	豚肉 卵 セロリ きゅうり にんじん 塩昆布 くじゃが芋 玉ねぎ ワカメ	/	
24	土	干し芋	ごはん	ハンバーグ 粉ふき芋 トマト 味噌汁	牛豚合ひき肉 玉ねぎ 卵 パン粉 しめじ じゃが芋 トマト キャベツ 油揚げ		
12	26	月	豆乳 ドリンク	ごはん	白身魚のホイル焼き ごぼうとこんにやくのゴマ煮 にんじんサラダ 味噌汁	タラ 卵 ほうれん草 しめじ マヨネーズ ごぼう こんにやく ゴマ にんじん キャベツ ツナ 玉ねぎ 豆腐 えのき ワカメ	包み揚げ(餃子の皮 豚ひき肉 じゃが芋 玉ねぎ にんじん) 昆布
13	27	火	トマト	ごはん	豆腐ハンバーグきのこあん じゃが芋といんげん添え ワカメとしらすの酢の物 味噌汁	牛豚ひき肉 豆腐 玉ねぎ パン粉 卵 しめじ えのき じゃが芋 いんげん ワカメ きゅうり しらす にんじん く大根 油揚げ	米粉のチヂミ(上新粉 玉ねぎ にんじん ニラ もやし) 煮干し
14日 誕生会メニュー							
14	28	水	豆乳 ドリンク	ごはん	鶏のから揚げ 即席漬け 野菜の味噌炒め にゅうめん	鶏肉 片栗粉 キャベツ きゅうり 塩昆布 茄子 ピーマン にんじん 竹輪 くそうめん ネギ 小松菜	さけたまごはん(米 鮭 卵 ネギ) チンゲン菜の煮浸し 昆布
29	木	干し芋	ごはん	いわしの梅煮 オクラのおかか和え 大根のそぼろ煮 じゃが芋餅の味噌汁(クッキング)	いわし 梅干し オクラ もやし にんじん 鰹節 大根 鶏ひき肉 くじゃが芋 片栗粉 キャベツ 玉ねぎ ニンジン インゲン	焼きうどん(うどん 豚肉 キャベツ 玉ねぎ にんじん 鰹節) するめ	
30	金	じゃが芋	ごはん	マーボー豆腐 揚げ茄子添え ゴマドレサラダ 味噌汁	豚ひき肉 豆腐 ネギ にんじん 生椎茸 茄子 鶏ささみ ひじき レタス きゅうり トマト く玉ねぎ ワカメ	こんにやくじゃごごはん(米 こんにやく じゃご 油揚げ) ほうれん草の煮浸し 昆布	

麦茶は食事時ほか必要に応じておだししています。

食材の仕入れの都合上献立を変更する場合があります。

**14日(水) 誕生会メニュー(バイキング)**  
 わかめごはん おかかごはん  
 鶏肉のオープン焼き(鶏手羽元) 玉ねぎの衣揚げ(玉ねぎ 小麦粉)  
 豚肉とピーマンの細切り炒め(豚肉 ピーマン 赤パプリカ)  
 大豆もやしのサラダ(大豆もやし きゅうり にんじん ハム ゴマ)  
 サラダ菜 ミニトマト添え メロン オレンジ

おやつ 飾りごはん(しそ ハム にんじん きゅうり)  
さくらんぼ

**16日(金)**  
お弁当の用意をお願いします。

**21日(水) プール開き**  
午前中にみんなですいかを食べます。

**29日(木) 3・4・5歳児クッキング**  
子どもたちが昼食に食べるじゃが芋餅の味噌汁を作ります。