



# 6月予定献立



2024年6月  
風の子保育園

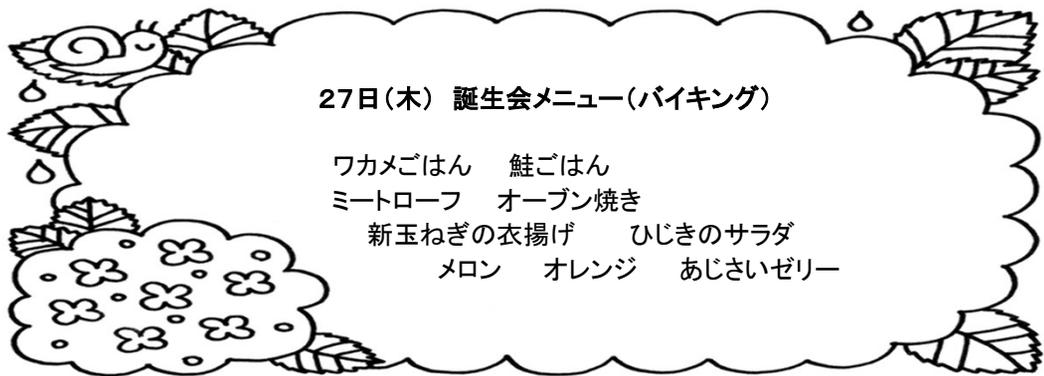
日	曜日	午前補食	昼食	午後補食	材料名(○は午前補食、◎は午後補食にのみ含まれる材料です)			
					黄(熱や力になるもの)	赤(からだを作るもの)	緑(体の調子を整えるもの)	その他
1	15	土	干し芋 ごはん 豚肉の炒め煮 マカロニサラダ 味噌汁(キャベツ 油揚げ)	おにぎり(梅干し 鰹節) 煮干し	○さつま芋、米、マカロニ、 卵不使用マヨネーズ	豚バラ肉、ハム、油揚げ、◎ 鰹節、煮干し	玉ねぎ、生姜、にんにく、にん じん、きゅうり、キャベツ、◎ 梅干し	醤油、食塩、穀物酢、 料理酒、サラダ油、味 噌、鰹昆布だし汁
3	17	月	干し芋 ごはん マーボー豆腐 茄子のオープン焼き ささみのゴマドレサラダ ワカメスープ(ワカメ 玉ねぎ 春雨 ゴマ)	揚げじゃが芋 大根の即席漬け 煮干し	○さつま芋、米、白ゴマ、春 雨、◎じゃが芋	豚ひき肉、木綿豆腐、鶏ささ み、◎煮干し	生姜、にんにく、にんじん、ネ ギ、生椎茸、茄子、レタス、 きゅうり、トマト、ワカメ、玉ね ぎ、◎青海苔、大根	醤油、食塩、料理酒、 三温糖、穀物酢、サラ ダ油、味噌、鰹昆布だ し汁
4	18	火	豆乳 ごはん 鶏肉の梅しょうゆ焼き オクラのおかか和え 刻み昆布の煮物 4日味噌汁(じゃが芋 キャベツ 玉ねぎ) 18日じゃが芋餅の味噌汁 (じゃが芋 片栗粉 キャベツ 玉ねぎ にんじん)	竹輪ごぼうごはん ほうれん草の煮浸し 昆布	米、じゃが芋、糸こんにゃ く、片栗粉	◎豆乳、鶏もも肉、鰹節、さ つま揚げ、◎竹輪、油揚げ	梅干し、オクラ、もやし、刻み 昆布、にんじん、キャベツ、玉 ねぎ、◎ごぼう、ほうれん草、 昆布	醤油、食塩、料理酒、 本みりん、三温糖、ゴマ 油、味噌、鰹昆布だ し汁
5	19	水	豆乳 ごはん 豚肉の塩麹焼き れんこんきんぴら コロコロサラダ 味噌汁(豆腐 玉ねぎ ワカメ)	鶏そぼろごはん 小松菜の煮浸し 昆布	米、じゃが芋、さつま芋、卵 不使用マヨネーズ	◎豆乳、豚ロース肉、さつま 揚げ、ハム、絹豆腐、◎鶏 ひき肉	れんこん、エリンギ、にんじ ん、きゅうり、玉ねぎ、ワカメ、 ◎絹さや、小松菜、昆布	塩麹、醤油、食塩、料 理酒、穀物酢、本みり ん、ゴマ油、味噌、鰹 昆布だし汁
6	20	木	じゃが芋 ごはん 鶏肉のおろし竜田揚げ キャベツの甘酢和え 高野豆腐の煮物 味噌汁(かぼちゃ えのき)	ジャージャー麺 トマト	◎じゃが芋、米、片栗粉、◎ 生中華麺	鶏もも肉、高野豆腐、◎豚 ひき肉	生姜、にんにく、大根、レモ ン、キャベツ、きゅうり、にんじ ん、干し椎茸、かぼちゃ、え のき、◎ネギ、もやし、トマト	醤油、食塩、料理酒、 三温糖、本みりん、穀 物酢、サラダ油、味噌、 鰹昆布だし汁
7	21	金	さつま芋 ごはん サバの塩焼き ほうれん草と大豆もやしのナムル 肉じゃが 味噌汁(キャベツ 油揚げ)	たまはむごはん きゅうりの即席漬け 煮干し	○さつま芋、米、じゃが芋、 白滝	サバ、豚こま肉、油揚げ、◎ ハム、卵、煮干し	ほうれん草、大豆もやし、玉 ねぎ、にんじん、キャベツ、◎ ネギ、きゅうり	醤油、食塩、料理酒、 本みりん、三温糖、ゴマ 油、味噌、鰹昆布だ し汁
8	22	土	干し芋 ごはん 鶏肉のゴマ味噌焼き 切干大根サラダ 味噌汁(豆腐 玉ねぎ ほうれん草)	おにぎり(鮭) 煮干し	○さつま芋、米、白ゴマ、卵 不使用マヨネーズ	鶏もも肉、ツナ、絹豆腐、◎ 鮭、煮干し	生姜、にんにく、切干大根、 にんじん、きゅうり、玉ねぎ、 ほうれん草	醤油、食塩、料理酒、 三温糖、本みりん、穀 物酢、サラダ油、味噌、 鰹昆布だし汁
10	24	月	さつま芋 ごはん キャベツメンチ トマト ひじきの煮物 味噌汁(なめこ 豆腐 ネギ)	大根焼きもち するめ	○さつま芋、米、パン粉、小 麦粉、糸こんにゃく、◎上新 粉	牛豚合挽肉、卵、油揚げ、 絹豆腐、◎ハム、するめ	キャベツ、玉ねぎ、トマト、ひ じき、にんじん、いんげん、な めこ、ネギ、◎大根、万能ネ ギ	醤油、食塩、料理酒、 本みりん、三温糖、ゴマ 油、中濃ソース、味噌、 鰹昆布だし汁
11	25	火	じゃが芋 ごはん かじきの味噌焼き かぼちゃ炒め 納豆和え 鶏五目汁(鶏肉 大根 にんじん ごぼう 油揚げ)	おこわおにぎり(青海苔 鰹節) トマト 昆布	◎じゃが芋、米、◎もち米	かじき、ハム、納豆、鶏もも 肉、油揚げ、◎鰹節	かぼちゃ、玉ねぎ、オクラ、モ ロヘイヤ、大根、にんじん、ご ぼう、◎青海苔、トマト、昆布	醤油、食塩、料理酒、 本みりん、三温糖、サラ ダ油、味噌、鰹昆布だ し汁
12	26	水	干し芋 ごはん 酢豚 ブロッコリー添え シルバーサラダ 味噌汁(じゃが芋 玉ねぎ ワカメ)	ツナ昆布ごはん 小松菜の煮浸し 煮干し	○さつま芋、米、片栗粉、春 雨、卵不使用マヨネーズ、 じゃが芋	豚こま肉、ハム、◎ツナ、煮 干し	生姜、にんにく、玉ねぎ、にん じん、ピーマン、赤パプリカ、 干し椎茸、ブロッコリー、きゅ うり、もやし、ワカメ、◎塩昆 布、小松菜	醤油、食塩、料理酒、 ケチャップ、三温糖、穀 物酢、サラダ油、味噌、 鰹昆布だし汁
13	27	木	豆乳 ごはん 角パテマトソース オープン焼き キャベツといんげんのツナサラダ 味噌汁(茄子 えのき 油揚げ)	ネギ味噌焼きおにぎり ほうれん草の煮浸し 煮干し	米、片栗粉、じゃが芋、卵不 使用マヨネーズ、◎白ゴマ	◎豆乳、牛豚合挽肉、木綿 豆腐、ツナ、油揚げ、◎煮干 し	玉ねぎ、トマト、キャベツ、い んげん、にんじん、コーン、茄 子、えのき、◎ネギ、ほうれ ん草	醤油、食塩、料理酒、 三温糖、穀物酢、サラ ダ油、味噌、鰹昆布だ し汁
			誕生会メニュー		米、白ゴマ、片栗粉、じゃが 芋、小麦粉、卵不使用マヨ ネーズ、粉寒天	◎豆乳、鮭、牛豚合挽肉、 木綿豆腐、ウインナー、ハ ム、ゼラチン、◎煮干し	ワカメ、玉ねぎ、にんじん、 ピーマン、ひじき、レタス、 きゅうり、コーン、メロン、オレ ンジ、ブルーベリー、ぶどう、 ◎ネギ、ほうれん草	醤油、食塩、料理酒、 本みりん、三温糖、穀 物酢、サラダ油、ケ チャップ、中濃ソース、 上白糖、寒天、ゼラチン
14	28	金	豆乳 菜めし 手羽元と新じゃが芋の煮物 ピーマンとじゃこ炒め きゅうりともやしのゴマ酢和え 味噌汁(かぶ 油揚げ)	さつま芋のお焼き アスパラ 煮干し	米、じゃが芋、白ゴマ、◎さ つま芋、片栗粉	◎豆乳、鶏手羽元、じゃこ、 ハム、油揚げ、◎煮干し	かぶの葉、生姜、ピーマン、 キャベツ、きゅうり、もやし、に んじん、かぶ、◎アスパラ	醤油、食塩、料理酒、 本みりん、ゴマ油、穀物 酢、三温糖、味噌、鰹 昆布だし汁、◎ザラメ糖
29	土	干し芋 ごはん 鮭の照り焼き コールスローサラダ 味噌汁(玉ねぎ ほうれん草)	おにぎり(ワカメ ゴマ) 煮干し	○さつま芋、米、卵不使用 マヨネーズ、◎白ゴマ	鮭、ハム、◎煮干し	キャベツ、きゅうり、にんじ ん、コーン、玉ねぎ、ほうれん 草、◎ワカメ	醤油、食塩、料理酒、 本みりん、穀物酢、サラ ダ油、味噌、鰹昆布だ し汁	

3歳以上児は午前補食を除いた献立になります。  
麦茶は食事時ほか必要に応じてお出ししています。

食材の仕入れの都合上献立を変更する場合があります。

**7日(金)**  
こあら・ぱんだ・きりん・くじ  
ら組は、お弁当の日にな  
りますのでお弁当の用意  
をお願いします。

**18日(火)**  
くじら組がじゃが芋餅  
の味噌汁を作ります。



## 27日(木) 誕生会メニュー(バイキング)

- ワカメごはん 鮭ごはん
- ミートローフ オープン焼き
- 新玉ねぎの衣揚げ ひじきのサラダ
- メロン オレンジ あじさいゼリー