

6月予定献立

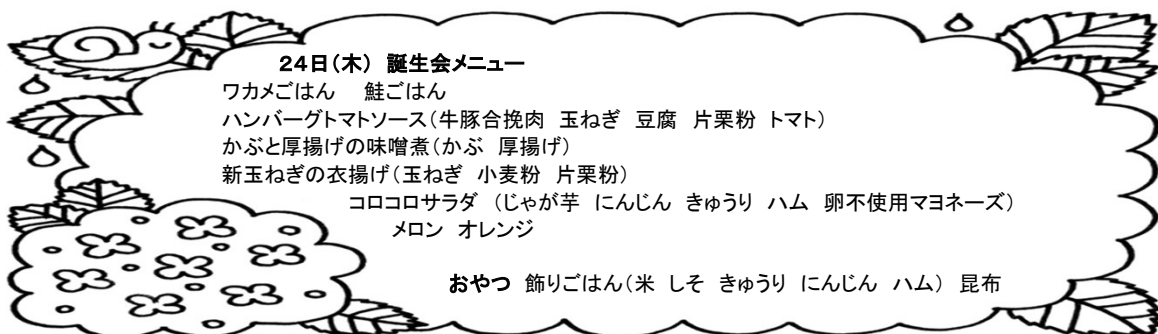


2021年6月
風の子保育園

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	火	干し芋	ごはん 鶏肉の西京焼き ピーマンと竹輪の青海苔炒め マカロニサラダ 味噌汁	鶏肉 ピーマン 竹輪 青海苔 マカロニ きゅうり ハム 卵不使用マヨネーズ 1日<じゃが芋 玉ねぎ ワカメ> 15日<じゃが芋 片栗粉 キャベツ 玉ねぎ にんじん>	豚たまごはん(米 豚肉 ネギ 卵) 小松菜の煮浸し 昆布	
2	16	水	じゃが芋	ごはん 豚カツ 千切りキャベツ トマト添え ひじきの炒り煮 味噌汁	豚ヒレ肉 小麦粉 パン粉 キャベツ トマト ひじき 竹輪 にんじん いんげん <茄子 玉ねぎ>	きな粉団子(団子粉 豆腐 きな粉) スティックきゅうり 煮干し	
3	17	木	さつま芋	ごはん かじきの梅しようゆ焼き ほうれん草と油揚げの和え物 炒り豆腐 味噌汁	かじき 梅干し ほうれん草 もやし 油揚げ 鶏ひき肉 豆腐 玉ねぎ にんじん <キャベツ しめじ>	冷やしうどん(うどん きゅうり もやし ハム) トマト	
4	18	金	豆乳 ドリンク	ごはん マーボー厚揚げ 茄子のオープン焼き ささみときゅうりの香味和え ワカメスープ	厚揚げ 豚ひき肉 ネギ にんじん 生椎茸 茄子 ささみ きゅうり <ワカメ 玉ねぎ 春雨 ゴマ>	さつま芋ごはん(米 さつま芋 ゴマ) キャベツの煮浸し するめ	
7	21	月	じゃが芋	ごはん 揚げ餃子 さっぱり和え かぼちゃの煮物 味噌汁	豚ひき肉 キャベツ ニラ 餃子の皮 きゅうり セロリ にんじん ゴマ かぼちゃ <なめこ 豆腐 ネギ>	磯辺団子(上新粉 刻み海苔) ほうれん草の煮浸し 煮干し	
8	22	火	豆乳 ドリンク	ごはん 豚肉の味噌焼き さつま芋のきんぴら ほうれん草のサラダ 野菜わん	豚肉 さつま芋 ゴマ ほうれん草 きゅうり にんじん ハム コーン 卵不使用マヨネーズ <大根 ニラ>	チキンライス(米 鶏肉 玉ねぎ ピーマン) 昆布	
9	23	水	さつま芋	菜めし チキンロール こんにやくとごぼうのおかか炒め 春雨サラダ 味噌汁	鶏肉 にんじん いんげん 糸こんにやく ごぼう 鰹節 春雨 きゅうり もやし ハム <かぶ 玉ねぎ>	新じゃが芋の揚げ煮(じゃが芋) スティックきゅうり 煮干し	
10		木	豆乳 ドリンク	ごはん 豆腐ハンバーグおろしソース 野菜のオープン焼き キャベツとツナのサラダ 味噌汁	牛豚合挽肉 木綿豆腐 玉ねぎ 片栗粉 大根 じゃが芋 茄子 キャベツ きゅうり にんじん ツナ コーン 卵不使用マヨネーズ <えのき 小松菜 油揚げ>	しらすごはん(米 しらす にんじん ネギ) トマト 昆布	
	24			24日 誕生会メニュー			
11	25	金	干し芋	ごはん 鮭の塩麹焼き オクラの海苔和え 鶏肉と高野豆腐の煮物 味噌汁	鮭 塩麹 オクラ もやし 刻み海苔 鶏肉 高野豆腐 にんじん 干し椎茸 糸こんにやく <じゃが芋 玉ねぎ ワカメ>	こぎつねごはん(米 油揚げ ネギ) 枝豆 するめ	
14	28	月	豆乳 ドリンク	ごはん 鶏肉のゴマから揚げ 豆苗炒め 切干大根サラダ 味噌汁	鶏肉 ゴマ 片栗粉 豆苗 もやし エリンギ ベーコン 切干大根 にんじん きゅうり ツナ 卵不使用マヨネーズ <豆腐 ネギ 油揚げ>	味噌焼きおにぎり(米 味噌) アスパラ 煮干し	
29	火	じゃが芋	ごはん ピーマンの肉詰め焼き にんじんのゴマ味噌煮 しょうゆフレンチサラダ 味噌汁	ピーマン 豚ひき肉 玉ねぎ 片栗粉 にんじん ゴマ アスパラ キャベツ もやし コーン ハム <えのき ほうれん草>	鶏ごぼうごはん(米 鶏肉 ごぼう にんじん) オクラ 昆布		
30	水	干し芋	菜めし サバの塩焼き 青菜としめじのツナ和え 肉じゃが 味噌汁	サバ 小松菜 もやし しめじ ツナ 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ にんじん 白滝 <かぶ 油揚げ>	米粉のチヂミ(米粉 玉ねぎ にんじん もやし ニラ ゴマ) 昆布		

麦茶は食事時ほか必要に応じておだしています。

食材の仕入れの都合上献立を変更する場合があります。



24日(木) 誕生会メニュー

ワカメごはん 鮭ごはん
ハンバーグトマトソース(牛豚合挽肉 玉ねぎ 豆腐 片栗粉 トマト)
かぶと厚揚げの味噌煮(かぶ 厚揚げ)
新玉ねぎの衣揚げ(玉ねぎ 小麦粉 片栗粉)
コロコロサラダ(じゃが芋 にんじん きゅうり ハム 卵不使用マヨネーズ)
メロン オレンジ

おやつ 飾りごはん(米 しそ きゅうり にんじん ハム) 昆布

15日(火)
くじら組がじゃが芋餅の
味噌汁を作ります。

11日(金)
きりん・くじら組は、遠足の
日になりますのでお弁当
の用意をお願いします。