



## 6月給食だより



大須乳児保育園

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
2	月	昼食	ご飯 豚肉のごま味噌炒め マカロニサラダ 豆腐のすまし汁	豚肉・味噌  豆腐	玉ねぎ・人参・三度豆 コーン・人参・きゅうり 干わかめ	精白米 上白糖・キャノーラ油・白ごま マカロニ(小麦)・マヨドレ	濃口醤油・みりん風  淡口醤油・みりん風・食塩・だし汁
		3時	牛乳 きな粉クッキー	牛乳(乳) きな粉		小麦粉(小麦)・上白糖・マーガリン(乳)	
3	火	昼食	ご飯 照り焼きチキン ごぼうのソテー オニオンスープ	鶏肉	ごぼう・小松菜・人参 玉ねぎ・しめじ・パセリ	精白米 上白糖・キャノーラ油 マーガリン(乳)	濃口醤油・みりん風 コンソメ コンソメ・水
		3時	牛乳 いちごゼリー	牛乳(乳)			カップゼリーの素ストロベリー・水
4	水	昼食	麦ご飯 めばるの煮付け 大根のポン酢和え かぼちゃのみそ汁	メバル ツナ缶 味噌	しょうが 大根・ブロッコリー・人参 南瓜・玉ねぎ	精白米・押麦 上白糖	食塩・料理酒・濃口醤油・みりん風・だし汁 味ぼんマイルド だし汁
		3時	牛乳 お好み焼き	牛乳(乳) 竹輪・花かつお	キャベツ・ねぎ	小麦粉(小麦)	だし汁・トンカツソース
5	木	昼食	きつねうどん ほうれん草ののり和え チーズ	あげ ナルト 棒チーズ(乳)	人参・干わかめ ほうれん草・白菜・人参・きざみのり	うどん(小麦) 上白糖	天かす(小麦)・淡口醤油・食塩・みりん風・だし汁 濃口醤油
		3時	お茶 青菜おにぎり		菜めしの素	精白米	
6	金	昼食	カレーライス キャベツのフレンチサラダ フルーツヨーグルト	鶏肉  ヨーグルト(乳)	玉ねぎ・人参 キャベツ・黄パプリカ・人参 パイン缶・黄桃缶	精白米・じゃがいも・キャノーラ油 上白糖・キャノーラ油 上白糖	とろけるカレー甘口(小麦)・水 酢・食塩
		3時	牛乳 コーン蒸しパン	牛乳(乳)	コーン	小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	ベーキングパウダー・水
9	月	昼食	炊き込みご飯 さわらの塩焼き チンゲン菜の和え物 心のみそ汁	あげ サワラ  味噌	人参・干しいたけ  チンゲン菜・白菜・人参 ねぎ	精白米 キャノーラ油 上白糖 切り麩(小麦)	濃口醤油・料理酒・みりん風・食塩・だし汁 食塩 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 フライドポテト	牛乳(乳)		シュースtring・キャノーラ油	食塩
10	火	昼食	ご飯 ポークビーンズ ブロッコリーのみそマヨサラダ キャベツのスープ	豚肉・大豆 味噌	玉ねぎ ブロッコリー・カリフラワー・人参 キャベツ・コーン	精白米 キャノーラ油・上白糖 マヨドレ	ケチャップ・コンソメ  コンソメ・水
		3時	牛乳 フルーツポンチ	牛乳(乳)	パイン缶・黄桃缶・みかん缶		
11	水	昼食	鶏肉の甘辛丼 白菜の塩昆布和え ほうれん草のみそ汁	鶏肉 竹輪 味噌	玉ねぎ・人参・グリーンピース 白菜・きゅうり・人参・ゆひ昆布 ほうれん草・人参	精白米・上白糖・片栗粉	だし汁・濃口醤油・みりん風 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 大学いも	牛乳(乳)		さつまいも・キャノーラ油・上白糖・黒ごま	みりん風
12	木	昼食	ご飯 炒り豆腐 かぼちゃの煮物 もやしのみそ汁	豆腐・豚肉  味噌	玉ねぎ・人参・干しいたけ・きぬさや 南瓜 もやし・ねぎ	精白米 上白糖・ごま油 上白糖	濃口醤油 濃口醤油・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 バナナ	牛乳(乳)	バナナ		
13	金	昼食	ご飯 鶏の唐揚げ 小松菜のレモン和え じゃがいものみそ汁	鶏肉 味噌	にんにく 小松菜・キャベツ・人参・ポッカレモン 干わかめ	精白米 片栗粉・キャノーラ油 上白糖 じゃがいも	料理酒・濃口醤油 淡口醤油 だし汁
		3時	牛乳 オレンジゼリー	牛乳(乳)			カップゼリーの素オレンジ・水
16	月	昼食	そぼろピラフ 千切大根のサラダ 白菜のスープ	合ミンチ	玉ねぎ・人参 千切り大根・きゅうり・人参 白菜・干わかめ	精白米・マーガリン(乳) 上白糖	コンソメ 濃口醤油・酢 コンソメ・水
		3時	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳(乳) 豆腐		小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	ベーキングパウダー・水

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にならだをつくるもの	主にならだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
17	火	昼食	ご飯 たらのマヨネーズ焼き ひじきの煮物 さつまいものみそ汁	たら 大豆 あげ・味噌 	玉ねぎ・コーン・パセリ ひじき・人参・グリーンピース	精白米 マヨドレ・キャノーラ油 上白糖 さつまいも	食塩・料理酒 濃口醤油・みりん風・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 りんごのコンポート	牛乳(乳)	りんご・レモン	上白糖	
18	水	昼食	ご飯 筑前煮 ほうれん草のごま和え 豆腐のみそ汁	鶏肉・竹輪 豆腐・味噌	大根・ごぼう・人参・干しだけ ほうれん草・もやし・赤パプリカ ねぎ	精白米 上白糖 白ごま・上白糖	濃口醤油・だし汁 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 ココアケーキ	牛乳(乳)		小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	ベーキングパウダー・水・純ココア
19	木	昼食	ご飯 豚肉のマーマレード炒め カリフラワーのオーロラサラダ 小松菜のスープ	豚肉	キャベツ・玉ねぎ・人参 カリフラワー・人参・三度豆 小松菜・玉ねぎ	精白米 マーマレードジャム・キャノーラ油 マヨドレ	濃口醤油 ケチャップ コンソメ・水
		3時	牛乳 豆乳プリン	牛乳(乳) 豆乳	クールアガー	上白糖	
20	金	昼食	冷やし中華麺 じゃがいものツナ炒め バナナ	ささみ ツナ缶	きゅうり・トマト・コーン・もやし 玉ねぎ バナナ	中華麺(小麦) じゃがいも・上白糖・ごま油	冷麺スープ(小麦)・水 濃口醤油 
		3時	お茶 わかめおにぎり		炊き込みわかめ	精白米	
23	月	昼食	ご飯 赤魚の竜田揚げ 高野豆腐の煮物 なすのみそ汁	赤魚 高野豆腐 味噌	しょうが 人参・きぬさや なすび・干わかめ	精白米 上白糖・片栗粉・キャノーラ油 上白糖	濃口醤油・料理酒 淡口醤油・みりん風・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 マカロニきな粉	牛乳(乳) きな粉		マカロニ(小麦)・上白糖	
24	火	昼食	ご飯 豚肉と野菜の甘辛炒め かぼちゃのコロコロサラダ 千切大根のみそ汁	豚肉 味噌	キャベツ・玉ねぎ・三色ピーマン 南瓜・人参・きゅうり 千切り大根・ほうれん草	精白米 上白糖・キャノーラ油 マヨドレ	コショウ・食塩・濃口醤油・みりん風 だし汁
		3時	牛乳 あじさいゼリー	牛乳(乳)			カップゼリーの糖質・水・カップゼリーの糖質りんご
25	水	昼食	三色丼 春雨の酢の物 オクラのみそ汁	豚ミンチ 竹輪 味噌	玉ねぎ・しょうが・小松菜・コーン 人参・干わかめ オクラ・えのき	精白米・上白糖 緑豆春雨・上白糖・白ごま	濃口醤油 酢・薄口醤油 だし汁
		3時	牛乳 ふかししいも 	牛乳(乳)		さつまいも	
26	木	昼食	ご飯 豚肉と大根の煮もの もやしのナムル 厚揚げのみそ汁	豚肉 厚揚げ・味噌	大根・人参・グリーンピース もやし・小松菜・人参 白菜	精白米 キャノーラ油・上白糖 上白糖・ごま油	濃口醤油・みりん風・だし汁 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 キャロット蒸しパン	牛乳(乳)	人参	小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	ベーキングパウダー・水
27	金	昼食	スパゲティナポリタン 三度豆のサラダ オレンジ	ツナ缶	ピーマン・玉ねぎ 三度豆・人参・コーン オレンジ	スパゲッティ(小麦)・キャノーラ油 マヨドレ	ケチャップ・コンソメ
		3時	お茶 おかかおにぎり	花かつお		精白米	濃口醤油
30	月	昼食	牛丼 白菜の和え物 大根のみそ汁	牛肉 竹輪 味噌	玉ねぎ・しめじ・三度豆・人参 白菜・チンゲン菜・人参 大根・ねぎ	精白米・上白糖 上白糖 	濃口醤油・だし汁 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 心のラスク	牛乳(乳)		切り麩(小麦)・キャノーラ油・上白糖	

1~2歳栄養価の平均 エネルギー(工) 411kcal たんぱく質(た) 14.9g 脂質(脂) 12.8g 食塩相当量(食塩) 1.4g

★都合により、献立を一部変更することがありますがご了承ください。

★土曜日はパン給食またはお弁当です

★( )内は小麦、卵、乳を含む製品です。

★マヨドレは卵不使用のマヨネーズタイプのドレッシングです。

★10時おやつのお菓子は園より提供になります。

