



6月の給食献立表



平成30年5月31日
北平田保育園

日	曜日	行事	こんだて名	材料とその働き			0・1・2歳児 午前おやつ	午後おやつ	エネルギー (以上児)
				熱と力になる(黄)	血や肉や骨になる(赤)	体の調子を整える(緑)			
1	金		ミートボール・アスパラサラダ コーンスープ ジュシーフルーツ	パン粉・油 マヨネーズ	豚ひき肉・豆腐 卵	玉葱・人参・椎茸・アスパラ コーン・キャベツ・パセリ ジュシーフルーツ	いちご	源氏パイ 牛乳	E442 F24.2 P16.0食塩1.7
2	土		ブラウンシチュー 牛乳 バナナ	じゃが芋 バター	豚もも肉・牛乳	玉葱・人参・マッシュルーム バナナ		お菓子 ジュース	E418 F18.6 P15.5食塩2.0
4	月		麻婆豆腐・華風和え わかめスープ ジュシーフルーツ	ごま油・砂糖 片栗粉・炒りごま	豆腐・豚ひき肉 エビ・ハム・わかめ 味噌	葱・人参・椎茸・生姜・にんにく もやし・きゅうり・玉葱 ジュシーフルーツ	粉ふき芋 麦茶	ぱりんこ ☆スポロン	E418 F18.6 P16.0食塩2.0
5	火	歯科検診	鶏肉のチーズピカタ スパゲティソテー トマトスープ・バナナ	薄力粉・油 スパゲティ	鶏もも肉・粉チーズ 卵・ハム	玉葱・人参・パセリ・ピーマン トマト・キャベツ・バナナ	りんごヨーグルト	★高野豆腐の コロコロ揚げ 牛乳	E400 F17.7 P16.2食塩1.4
6	水	園外保育 (予備日)	詰め合わせ ぶどうジュース	中華麺・油 ゼリー	豚もも肉・のり チーズ・卵 ちくわ・ウインナー	キャベツ・人参・ピーマン きゅうり・ブロッコリー・トマト ぶどうジュース	いちご	★フルーチェ	
7	木	避難訓練	ポークカレー・福神漬け フレンチサラダ 野菜ジュース・バナナ	じゃが芋 バター・油 砂糖	豚もも肉・牛乳 ハム	玉葱・人参・キャベツ コーン・きゅうり バナナ	スティック野菜	★人参マフィン 牛乳	E424 F13.9 P21.6食塩2.0
8	金		白身魚の梅焼き みずのけんちん・みそ汁 ジュシーフルーツ	砂糖・油	カレイ・さつま揚げ 昆布・厚揚げ 味噌・煮干し	みず・人参・つきこん ほうれん草・椎茸 ジュシーフルーツ	星たべよ 麦茶	笹巻き 牛乳	E521 F9.3 P25.0食塩2.4
9	土	親子遠足	お菓子袋						
11	月		親子煮 ごぼうサラダ・みそ汁 ジュシーフルーツ	砂糖 マヨネーズ すりごま	鶏もも肉・卵 かまぼこ・ハム わかめ・味噌・煮干し	玉葱・人参・ごぼう・きゅうり コーン・大根 ジュシーフルーツ	バナナ	星たべよ ☆みかんジュース	E355 F15.8 P20.1食塩2.8
12	火	にこにこ広場 懇談会 (ちゅうりっぷ組)	ナポリタン・トマト ステック野菜・フライドポテト かぼちゃスープ・ミニゼリー	スパゲティ バター・油 じゃが芋・ゼリー	ベーコン・エビ 牛乳・チーズ	玉葱・ピーマン・人参・きゅうり トマト・マッシュルーム・にんにく 南瓜	みかんジュース	★クレープ	
13	水	耳鼻科検診	酢豚 ごまきゅうり・中華スープ ジュシーフルーツ	片栗粉・油 砂糖・炒りごま	豚もも肉・豆腐 卵	人参・玉葱・ピーマン・パブリカ 椎茸・きゅうり・チンゲン菜 ジュシーフルーツ	マンナビスケット 麦茶	★じゃこラスク 牛乳	E396 F18.0 P15.6食塩2.0
14	木	保護者会役員会 サッカー	高野豆腐ハンバーグ チンゲン菜の和え物 ゆかり・洋風みそ汁・バナナ	油・片栗粉 じゃが芋・バター	豚ひき肉・高野豆腐 味噌・昆布・しらす ベーコン	玉葱・チンゲン菜・人参 アスパラ・バナナ	ジュシーフルーツ	★あじさいゼリー	E416 F17.3 P22.0食塩2.8
15	金		さばの味噌焼き 和風サラダ・すまし汁 ジュシーフルーツ	油	さば・味噌・ハム わかめ・煮干し 厚揚げ	キャベツ・きゅうり・えのき みかん缶・ほうれん草・葱 椎茸・ジュシーフルーツ	かぼちゃマッシュ 麦茶	ビスコ 牛乳	E327 F11.4 P21.7食塩2.7
16	土		豚肉のケチャップ煮 ふりかけ・みそ汁 バナナ	油・砂糖 焼麩	豚肉・豆腐 味噌・煮干し	玉葱・人参・ピーマン しめじ・バナナ		お菓子 牛乳	E360 F16.5 P14.7食塩1.5
18	月	観劇	筑前煮・のりたま お浸し・みそ汁 バナナ	油・砂糖	鶏もも肉・さば節 味噌・煮干し 豆腐	大根・こんにやく・人参・玉葱 ほうれん草・ごぼう・いんげん 椎茸・コーン・しめじ・バナナ	ヤクルト	ごませんべい ☆ヤクルト	E332 F11.9 P19.4食塩2.2
19	火	かもしかクラブ	冷しゃぶごまだれ トマト・味付けのり すまし汁・メロン	砂糖・焼麩 すりごま	豚ロース肉・味噌 のり・煮干し	もやし・人参・キャベツ コーン・トマト・えのき ほうれん草・メロン	バナナ	★野菜蒸しパン 牛乳	E417 F18.7 P19.9食塩2.1
20	水	納付書	サーモン焼き 野菜炒め・みそ汁 ジュシーフルーツ	じゃが芋	鮭・味噌・煮干し	キャベツ・もやし・人参 玉葱・コーン・ゆきわり ジュシーフルーツ	スティック野菜	★フルーツポンチ	E390 F10.9 P22.4食塩2.5
21	木	英語教室	八宝菜 わかめサラダ・中華スープ メロン	片栗粉・油 砂糖	豚もも肉・エビ うずら卵・海藻 豆腐	人参・キャベツ・孟宗・椎茸 生姜・きゅうり・チンゲン菜 メロン	ジュシーフルーツ	★ピザトースト 牛乳	
22	金		肉じゃが・チーズ納豆 いんげんのごま和え みそ汁・バナナ	じゃが芋・油 すりごま	豚もも肉・昆布 納豆・チーズ 味噌・煮干し・豆腐	玉葱・人参・つきこん・しめじ いんげん・バナナ	星たべよ 麦茶	バームクーヘン 牛乳	E443 F12.3 P18.5食塩2.3
23	土	わんわん広場	アジのごま風味揚げ 押し麦サラダ・みそ汁 ゼリー	小麦粉 パン粉・炒りごま 押し麦・ゼリー	アジ・卵・ハム 豆腐	きゅうり・トマト・コーン ほうれん草			
25	月	バス代振替日	花シウマイ 炒り煮・みそ汁 さくらんぼ	シウマイの皮 油・焼麩	豚ひき肉 豚もも肉・エビ 味噌・煮干し	メンマ・しらたき・いんげん 人参・かぼちゃ・小松菜 さくらんぼ	ジュシーフルーツ	ベジたべる ☆ぶどうジュース	E350 F10.7 P12.4食塩1.8
26	火	誕生会	冷やし中華 フルーツヨーグルト	中華麺・ごま油	焼豚・さば節・昆布 卵・ヨーグルト	トマト・きゅうり・みかん缶 バナナ・白桃缶・メロン	ぶどうジュース	★ケーキ 麦茶	E491 F12.2 P17.5食塩1.3
27	水	スイミング	鮭の照り焼き すき昆布煮・みそ汁 メロン	油・砂糖	鮭・昆布・豚もも肉 うずら卵・厚揚げ 味噌・煮干し	しらたき・人参・キャベツ メロン	バナナ	★野菜クラッカー 牛乳	E332 F12.4 P19.9食塩2.2
28	木	サッカー	ささみフライ 茹でキャベツ・マカロニスープ ジュシーフルーツ	薄力粉・パン粉 油・マカロニ	鶏ささみ肉	キャベツ・コーン・トマト アスパラ・玉葱・人参・パセリ ジュシーフルーツ	ビスコ 麦茶	★むきそば風	E346 F9.5 P16.4食塩1.2
29	金		赤魚の甘辛揚げ ごま和え・みそ汁 バナナ	油・片栗粉 砂糖・じゃが芋 すりごま	赤魚・味噌・煮干し	きゅうり・人参・もやし 小松菜・バナナ	スティック野菜	味噌パン 牛乳	E330 F14.1 P15.9食塩2.2
30	土		チキンカレー 牛乳 バナナ	じゃが芋・バター 油	鶏もも肉・牛乳	玉葱・人参・バナナ		お菓子 ジュース	E423 F15.1 P13.6食塩1.5

○お弁当のいない日

※発注材料の関係で、一部献立を変更させていただく場合があります。ご了承ください。

☆未満児牛乳

★手作りおやつの日

🍷庄内浜魚デー

🎈にこにこ広場



今月のメニューを考えてくれたのは、かわむらひかりさん、ゆあさん、はづきさん、たすくんです。

