

2020年6月

給食献立表

東かなまち保育園

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
1 15 29 月	じゃこと菜っ葉の混ぜごはん 白身魚と野菜のスープ(白身魚すり身) 春雨の中華風そぼろ煮	米、小麦粉、三温糖、はるさめ、麦、片栗粉、ごま油	調製豆乳、白身魚すり身、卵、豚ひき肉、バター、牛乳、しらす干し、ごま、かつお節	たまねぎ、にんじん、とうがん、キャベツ、トマト、チンゲンサイ、こまつな、ほうれんそう、万能ねぎ、しょうが	鳥がらだし汁、しょうゆ、酒、食塩、こしょう	牛乳100 小魚せんべい 豆乳 ほうれん草ケーキ
2 16 30 火	バターロール 野菜スープ メルルーサのムニエル トマト	ロールパン、米、マヨネーズ、小麦粉、ごま油	牛乳、メルルーサ、卵、鶏もも肉、ツナ油漬缶、バター	たまねぎ、キャベツ、トマト、にんじん、セロリ、ねぎ、パセリ	鳥がらだし汁、しょうゆ、ワイン(白)、食塩、こしょう	牛乳100 ウエハース 牛乳 ツナチャーハン
3 17 水	麦ごはん ・納豆汁 メンチカツ きゅうりとチーズの酢の物	米、じゃがいも、ビーフン、パン粉、押麦、植物油(揚げ吸油分)、小麦粉、砂糖、油、ごま油	豚ひき肉、木綿豆腐、挽きわり納豆、豚肉、卵、しらす干し、米みそ、チーズ、麦みそ、油揚げ、いわし(煮干し)	たまねぎ、きゅうり、にんじん、ピーマン、みかん缶、万能ねぎ、ねぎ、カットわかめ、干しいたけ	煮干だし汁、酢、酒、しょうゆ、中濃ソース、コンソメ、食塩	牛乳100 パインアップル 麦茶 焼きビーフン
4 18 木	ゆかりごはん ・豚汁 いり豆腐 バナナ	米、さつまいも、ぎょうざの皮、板こんにゃく、植物油(揚げ吸油分)、押麦、三温糖、油	牛乳、木綿豆腐、卵、鶏もも肉、豚肉、米みそ(淡色辛みそ)、バター、油揚げ、脱脂粉乳	バナナ、たまねぎ、にんじん、だいこん、ねぎ、ごぼう、グリーンピース、干しいたけ	かつおだし汁、しょうゆ、本みりん、食塩	牛乳100 チーズ(棒) 牛乳 おいもパイ
5 19 金	麦ごはん ・清まし汁(そうめん) 鶏肉のさっぱり煮 ひじきのサラダ	米、じゃがいも、マヨネーズ、干しそうめん、押麦、三温糖	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、ハム、いわし(煮干し)	だいこん、にんじん、エリンギ、もも缶、いんげん、万能ねぎ、しょうが、塩蔵わかめ、ひじき、にんにく、レモン果汁	煮干だし汁、酢、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、食塩	牛乳100 オレンジ 牛乳 あじさいゼリー
6 20 土	焼肉パスタ ・わかめスープ	スパゲティ、上新粉、油、砂糖、三温糖	牛乳、豚肉(ばら)、豆乳、すりごま	にんじん、たまねぎ、バナナ、しめじ、塩蔵わかめ、ピーマン、にんにく、しょうが	しょうゆ、鳥がらだし汁、本みりん、酒、食塩	牛乳100 もも缶 牛乳 蒸しパン(バナナ)
8 22 月	バターロール ・豆腐のクリームコーンスープ ポークビーンズ サラダ菜	ロールパン、米、じゃがいも、小麦粉、油	木綿豆腐、豚肉(こま)、だいず水煮缶詰、ベーコン、脱脂粉乳、さけ水煮缶詰、バター、チーズ	たまねぎ、にんじん、クリームコーン缶、トマトピューレ、サラダ菜、コーン缶、パセリ	鳥がらだし汁、ケチャップ、ワイン(白)、ウスターソース、食塩、コンソメ	牛乳100 オレンジ 麦茶 鮭とチーズのおにぎり
9 23 火	麦ごはん ・冬瓜とそぼろの清汁 あじさい揚げ(かじきマグロ) みそドレッシングサラダ	米、小麦粉、三温糖、植物油(揚げ吸油分)、押麦、油、片栗粉	かじき、卵、鶏ひき肉、脱脂粉乳、ツナ油漬缶、牛乳、バター、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、とうがん、もやし、にんじん、キャベツ、きゅうり、グリーンピース、コーン缶、干しいたけ	かつおだし汁、酢、しょうゆ(うすくち)、ワイン(白)、食塩	牛乳100 ビスケット 麦茶 バナナケーキ
10 24 水	麦ごはん ・みそ汁(だいこん) 卵焼き和風あんかけ そら豆のホクホクサラダ	米、じゃがいも、三温糖、マヨネーズ、押麦、片栗粉	牛乳、調製豆乳、卵、油揚げ、麦みそ、白みそ、いわし(煮干し)	そらめ、だいこん、かぼちゃ、にんじん、なめこ、ねぎ、こまつな、コーン缶、万能ねぎ、かんてん、レモン果汁	煮干だし汁、しょうゆ、かつおだし汁、酒、食塩	牛乳100 バナナ 牛乳 かぼちゃ羹
11 25 木	麦ごはん ・かにスープ 肉団子の甘酢煮 オレンジ	ゆでうどん、米、片栗粉、押麦、植物油(揚げ吸油分)、三温糖、油、パン粉	豚ひき肉、卵、鶏むね肉、木綿豆腐、豚肉(ばら)、かに水煮缶、かつお節	オレンジ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、黄ピーマン、ほうれんそう、いんげん、しょうが、干しいたけ、あおのり	かつお・昆布だし汁、かつおだし汁、カレールーウ、しょうゆ、みりん、本みりん、酢、食塩、中華だし、カレー粉	牛乳100 もも缶 麦茶 焼カレーうどん
12 26 金	コーンライス ・オクラのスープ 鮭のマヨソース焼き ゆでブロッコリー	米、食パン、マヨネーズ、グラニュー糖、小麦粉、パン粉、油	牛乳、さけ、豚肉(ばら)、ベーコン、きな粉、バター、粉チーズ	たまねぎ、ブロッコリー、オクラ、コーン缶、にんじん、トマト、マッシュルーム缶、セロリ	鳥がらだし汁、ワイン(白)、食塩、しょうゆ、パセリ粉、こしょう	牛乳100 チーズ(棒) 牛乳 きなこトースト
13 27 土	麻婆豆腐丼 ・春雨スープ(えのきたけ)	米、押麦、はるさめ、ごま油、片栗粉、三温糖、油、砂糖	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、鶏ひき肉、米みそ(赤色辛みそ)	にんじん、葉ねぎ、チンゲンサイ、えのきたけ、たまねぎ、塩蔵わかめ、にんにく、しょうが、あおのり	鳥がらだし汁、しょうゆ、酒、みりん、中華スープ、食塩	牛乳100 ウエハース 牛乳 おにぎり(とりそぼろ)

※都合により献立を変更する場合があります。

※15日23日29日の3時おやつは誕生会ケーキに変更します。