

6月の献立表 幼児食

2019年6月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	力や熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
1	土	紫いも ぜんべい	紫いも ぜんべい	焼きうどん	豚肉・かつお節	うどん・しょうゆ・みりん	キャベツ・人参・もやし	わかめおにぎり お茶	わかめ 米 お茶
				きゅうりの酢の物	わかめ	酢・砂糖・しょうゆ	きゅうり		
				味噌汁	味噌・だし昆布・かつお節		白菜・ねぎ		
3	月	参観週間 玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	揚げ豆腐	豆腐・卵・鶏ミンチ	しょうゆ・みりん・砂糖	人参・しいたけ・絹さや	大学芋 牛乳	さつまいも しょうゆ 砂糖 油 牛乳
				ブロッコリーおかか和え	かつお節	しょうゆ・みりん	ブロッコリー		
				ひじきとツナの炒め煮	ひじき・ツナ	しょうゆ・砂糖・ごま油	キャベツ・人参		
				味噌汁	味噌・だし昆布・かつお節		オクラ・しめじ		
				ゆかりごはん		米	ゆかり		
4	火	参観週間 オレンジ	オレンジ	あじ南蛮漬け	あじ	塩・こしょう・片栗粉・油	たまねぎ・ピーマン・赤パプリカ	恐竜の卵 牛乳	白玉粉 上新粉 黒砂糖 ベーキング パウダー 牛乳
				野菜の磯和え	刻みのり	しょうゆ・砂糖	白菜・チンゲン菜・人参		
				みそ汁	かつお節・味噌・だし昆布		ほうれん草		
				ごはん		米			
5	水	参観週間 マンナ ビスケット	マンナ ビスケット	八宝菜	豚肉	片栗粉・塩・油・しょうゆ	白菜・人参・たけのこ	わらびもち 牛乳	片栗粉 砂糖 きなこ 塩 牛乳
				パンパンジー風春雨サラダ	ささみ・味噌	春雨・ごま・しょうゆ・みりん	きゅうり・コーン		
				中華スープ	わかめ	シャンタン・塩			
				ごはん		米			
6	木	参観週間 いりこ	いりこ	鶏のから揚げ	鶏肉	塩・こしょう・しょうゆ・料理酒	生姜	黒糖蒸しパン 牛乳	ホットケーキ ミックス 牛乳 黒糖 レーズン 牛乳
				キャベツのゆかり和え		ゆかり	キャベツ		
				カラフルサラダ		しょうゆ・砂糖・ごま油	アスパラ・赤パプリカ・黄パプリカ		
				すまし汁	かつお節・だし昆布	そうめん・しょうゆ・みりん・塩	小松菜		
7	金	参観週間 ソフトな 塩せん	ソフトな 塩せん	ほぎのうま梅ソース	ホキ	塩・こしょう・しょうゆ	ねぎ・梅肉	磯ピーズ 牛乳	ちりめんじゃこ 油 大豆水煮 片栗粉 しょうゆ みりん 砂糖 牛乳
				スナップえんどう			スナップえんどう		
				高野の煮物	高野豆腐・だし昆布・かつお節	しょうゆ・砂糖・みりん	人参・しいたけ・グリーンピース		
				味噌汁	味噌・だし昆布・かつお節	麩	たまねぎ		
8	土	参観週間 赤ちゃん ぜんべい	赤ちゃん ぜんべい	豚肉の生姜焼き	豚肉	しょうゆ・料理酒・みりん	たまねぎ・赤ピーマン・キャベツ	ジャムサンド クラッカー 牛乳	クラッカー イチゴジャム 牛乳
				しゅうまい	しゅうまい		ピーマン・生姜		
				すまし汁	わかめ・かつお節・だし昆布	塩・しょうゆ・みりん	えのき		
				ごはん		米			
10	月	マンナ ウエハース	マンナ ウエハース	おろしハンバーグ	ハンバーグ	しょうゆ・砂糖・みりん	大根・ねぎ	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ きなこ 砂糖 牛乳
				チンゲン菜のソテー		塩・油	チンゲン菜・コーン		
				ハリハリ大根サラダ	じゃこ	酢・しょうゆ・砂糖	切干大根・きゅうり・人参		
				味噌汁	味噌・だし昆布・かつお節		キャベツ		
11	火	粉ふぎいも	じゃがいも	ハヤシライス	牛肉	米・砂糖・ハヤシルー・ケチャップ	たまねぎ・マッシュルーム缶	お好み焼き 牛乳	小麦粉 卵 豚ミンチ キャベツ こんにゃく 油 とんかつソース ケチャップ 青のり 牛乳
				れんこんサラダ	ハム	マヨネーズ・塩	れんこん・きゅうり・トマト		
				オレンジ			オレンジ		
				ごはん		米			
12	水	紫いも ぜんべい	紫いも ぜんべい	ささみの天ぷら	ささみ	塩・料理酒・天ぷら粉・油		ジャムサンド 牛乳	食パン イチゴジャム 牛乳
				いんげんごま和え		白ごま・しょうゆ・砂糖	いんげん		
				南瓜と厚揚げの煮物	厚揚げ	しょうゆ・砂糖・みりん	かぼちゃ・グリーンピース		
				味噌汁	かつお節・だし昆布・味噌	花麩	えのき・青ねぎ		
13	木	りんご	りんご	新生姜ごはん	鶏ミンチ・だし昆布・かつお節	米・料理酒・しょうゆ・みりん	新生姜	豆腐ドーナツ 牛乳	ホットケーキ ミックス 豆腐 油 グラニュー糖 牛乳
				鮭のちゃんちゃん焼き	鮭・味噌	砂糖・みりん	もやし・キャベツ・人参		
				さつまいもサラダ		さつまいも・塩・砂糖	きゅうり・レーズン		
				すまし汁	だし昆布・かつお節	しょうゆ・みりん・塩	ほうれん草		
14	金	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	麻婆豆腐	豆腐・豚ミンチ	ごま油・砂糖・しょうゆ	たまねぎ・ねぎ・たけのこ	オレンジゼリー お茶	オレンジジュース ゼラチン 寒天 砂糖 みかん お茶
				れんこんと人参の二色なます	味噌・八丁味噌	シャンタン・片栗粉	干椎茸		
				中華スープ		酢・砂糖・塩	れんこん・人参		
				ごはん		シャンタン・塩	ちんげん菜		

6月の献立表 幼児食

2019年6月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	力や熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
15	土	ソフトな塩せん	ソフトな塩せん	カレーピラフ	牛ミンチ	米・塩・こしょう・カレー粉	玉ねぎ・人参・ピーマン	黒糖食パン 牛乳	黒糖食パン 牛乳
				ほうれん草のソテー	ウインナー	しょうゆ・油	ほうれん草・コーン		
				ミネストローネ		コンソメ	キャベツ・ブロッコリー・トマト		
17	月	クラッカー	クラッカー	白身フライ	白身フライ	油		もちもち チーズパン 牛乳	白玉粉 油 牛乳 塩 粉チーズ 牛乳
				オクラのおかか和え	かつお節	しょうゆ・みりん	オクラ・トマト		
				ひじきの炒め煮	ひじき・かつお節・だし昆布	こんにゃく・しょうゆ・砂糖	人参・絹さや		
				味噌汁	はんぺん・味噌・だし昆布・かつお節	みりん	白菜・チンゲン菜		
				ごはん		米			
18	火	オレンジ	オレンジ	音楽指導	ミートボールの クリームシチュー	ミートボール・牛乳	じゃがいも・ホワイトルウ	チャーハン お茶	米 ピーマン 豚ミンチ 人参 油 シャンタン 塩 こしょう お茶
				大根サラダ	じゃこ	酢・しょうゆ・砂糖・油	大根・枝豆・コーン		
				ロールパン		パン			
19	水	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	豆腐チャンプルー	豆腐・豚肉	料理酒・油・しょうゆ	もやし・キャベツ・ニラ	ホットケーキ 牛乳	ホットケーキ ミックス 卵 牛乳 砂糖 牛乳
				春雨サラダ	かにかま	春雨・酢・砂糖・しょうゆ	きゅうり・人参		
				中華スープ		シャンタン・塩	ほうれん草		
				ごはん		米			
20	木	かぼちゃ煮	南瓜	蒸し魚のきのこあんかけ	たら	片栗粉・しょうゆ・みりん	生姜・しめじ・えのき	アップルパイ 牛乳	りんご ぎょうざの皮 油 牛乳
				きんぴらごぼう		しょうゆ・みりん・砂糖・ごま油	ごぼう・赤パプリカ・絹さや		
				味噌汁	わかめ・味噌・だし昆布・かつお節	こんにゃく			
				ごはん		米			
21	金	ソフトな塩せん	ソフトな塩せん	鶏肉のママレード焼き	鶏肉	ママレード・しょうゆ		クッキー 牛乳	小麦粉 マーガリン 砂糖 牛乳
				アスパラソテー		塩・油	アスパラ・しめじ		
				マカロニサラダ	ハム	マカロニ・マヨネーズ・塩・こしょう	赤パプリカ・黄パプリカ・きゅうり		
				すまし汁	豆腐・だし昆布・かつお節	しょうゆ・みりん・塩	ほうれん草		
				ごはん		米			
22	土	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	ミートスパゲティ	合ミンチ	スパゲティ・ケチャップ	たまねぎ・トマト	ゆかりおにぎり お茶	ゆかり 米 お茶
				コールスローサラダ		油・コンソメ・砂糖・粉チーズ	マッシュルーム・パセリ		
				りんご		酢・砂糖・塩・こしょう・油	キャベツ・人参・コーン		
24	月	紫いも せんべい	紫いも せんべい	肉じゃが	牛肉・かつお節	じゃが芋・糸こんにゃく	人参・玉ねぎ	ピザトースト 牛乳	食パン ケチャップ ピーマン ウインナー コーン チーズ 牛乳
				竹輪の磯辺揚げ	竹輪・青のり	しょうゆ・砂糖・みりん	絹さや		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌		なめこ・小松菜		
				ごはん		米			
25	火	お誕生日会 ふかしいも	さつまいも	カエルさんのお子様ランチプレート	わかめ	米	レーズン・人参	黄桃ケーキ 牛乳	ホットケーキ ミックス 卵 牛乳 砂糖 黄桃 ホイップ 牛乳
				(わかめご飯、かれのいも竜田揚げ、プチトマト)	かれのい	片栗粉・しょうゆ・みりん・油	生姜 プチトマト		
				大根サラダ	じゃこ	酢・しょうゆ・砂糖	大根・きゅうり・人参		
				すまし汁	豆腐・だし昆布・かつお節	しょうゆ・みりん・塩	オクラ		
				ごはん		米			
26	水	マンナ ビスケット	マンナ ビスケット	豆腐ハンバーグ	豆腐ハンバーグ	しょうゆ・砂糖・みりん・片栗粉		ようかん 牛乳	こしあん 寒天 吉野葛 砂糖 塩 牛乳
				ほうれん草ソテー		油・塩・こしょう	ほうれん草・しめじ		
				フラワーサラダ	ツナ	酢・しょうゆ・砂糖	ブロッコリー・カリフラワー・人参		
				味噌汁	油揚げ・味噌・だし昆布・かつお節		白菜・ねぎ		
				ごはん		米			
27	木	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	さんまの塩焼き	さんま	塩		手作り ポテトチップス 牛乳	じゃがいも 油 塩 牛乳
				いんげんごま和え		しょうゆ・砂糖・ごま	いんげん		
				大豆五目煮	大豆・鶏肉	こんにゃく・しょうゆ・砂糖・みりん	人参・干椎茸・絹さや		
				花麩の味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布	花麩	たまねぎ		
				ごはん		米			
28	金	いりこ	いりこ	豚肉のケチャップ煮	豚肉	ケチャップ・砂糖・しょうゆ	玉ねぎ・しめじ	お麩のラスク キャンディチーズ 牛乳	麩 マーガリン きなこ 砂糖 キャンディチーズ 牛乳
				スナップえんどう			スナップえんどう		
				ひじきサラダ	ひじき	酢・しょうゆ・砂糖	キャベツ・もやし・きゅうり・人参		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		ほうれん草		
				ごはん		米			
29	土	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	味噌ラーメン	豚ミンチ・味噌	中華麺・シャンタン・塩・こしょう	キャベツ・もやし・コーン	おおかおにぎり お茶	かつお節 米 お茶
				チンゲン菜の中華和え		みりん	チンゲン菜・しめじ・人参		
				プチゼリー			プチゼリー		