２０１９年　６　月　　乳　幼　児　食　献　立　表（基本献立）

墨田区亀沢保育園

日	曜			あか	き	みどり
		昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える
1	土	ハヤシライス コーンサラダ　コンソメスープ くだもの	水 ゼリー せんべい	豚肉	米　油　砂糖	たまねぎ　キャベツ　きゅうり バナナ　コーン　はくさい　にんじん こまつな
3	月	ごはん 中華風ローストチキン　　ゆで野菜 人参しりしり　みそ汁　くだもの	牛乳 ピザトースト	牛乳　鶏肉　ツナ 豆腐 みそ　チーズ　ベーコン	米　ごま　食パン　油 ごま油	たまねぎ　しょうが　にんにく ブロッコリー　にんじん　なめこ 葉ねぎ　メロン　コーン　ピーマン
4	火	スパゲティミートソース キャベツサラダ　すまし汁 くだもの	水 わかめおにぎり	牛乳　豚ひき肉　チーズ	スパゲティ　米　小麦粉　油 バター　砂糖	たまねぎ　にんじん　ピーマン パセリ　にんにく　キャベツ　わかめ きゅうり　えのきたけ　にら　すいか
5	水	ごはん 魚のステーキ　キャベツのごま酢和え　みそ汁 くだもの	牛乳 仲良しサンド	牛乳　魚　みそ	米　油　砂糖　ごま　いちごジャム マーガリン　食パン	たまねぎ　キャベツ　にんじん かぶ　しめじ　柑橘類
6	木	焼き鳥丼 ごぼうサラダ　スープ くだもの	水 にゅうめん	牛乳　鶏肉	米　油　マヨドレ　ごま そうめん	ねぎ　のり　ごぼう　きゅうり にんじん　じゃがいも　たまねぎ バナナ　葉ねぎ　しいたけ
7	金	ごはん なすと豚肉のみそ炒め　きゅうりのゆかり和え えのきとにらのスープ　くだもの	牛乳 レモンクッキー	牛乳　豚肉　みそ	米　ごま　砂糖　小麦粉　バター 片栗粉	にんじん　なす　たまねぎ　きゅうり にら　えのきたけ　メロン　レモン
8	土	二色丼 キャベツの塩こんぶ和え　キャロットスープ くだもの	水 ゼリー せんべい	鶏ひき肉	砂糖　油	ほうれん草　キャベツ　きゅうり にんじん　たまねぎ　バナナ コーン　こんぶ
10	月	豚丼 かぼちゃの甘煮　わかめスープ くだもの	牛乳 ミルクスコーン	牛乳　豚肉　生クリーム	米　砂糖　小麦粉　油	たまねぎ　かぼちゃ　わかめ 葉ねぎ　すいか　こんにゃく グリーンピース
11	火	みそラーメン じゃがいも煮 くだもの	水 おかかおにぎり	牛乳　豚ひき肉　みそ	中華麺　油　米　ごま油	にんじん　ねぎ　もやし　小松菜 キャベツ　じゃがいも　メロン コーン
☆12	水	カレービラフ ジャークチキン　さっぱりサラダ　スープ くだもの	牛乳 パインケーキ	牛乳　鶏肉	米　油　砂糖　小麦粉　バター	たまねぎ　にんじん　さやいんげん にんにく　キャベツ　きゅうり　コーン もやし　レモン　さくらんぼ　パイン缶
13	木	ごはん 魚の照り焼き　ひじき炒り煮　みそ汁 くだもの	牛乳 りんごゼリー ビスケット	牛乳　魚　みそ　油揚げ ゼラチン	米　砂糖　油	ひじき　にんじん　じゃがいも たまねぎ　すいか　りんごジュース
14	金	ごはん ポークチャップ　小松菜としめじのソテー すまし汁　くだもの	牛乳 蒸しパン	牛乳　豚肉	米　油　砂糖　小麦粉	たまねぎ　ピーマン　小松菜　しめじ だいこん　わかめ　バナナ　コーン
15	土	ハヤシライス コーンサラダ　コンソメスープ くだもの	水 ゼリー せんべい	豚肉	米　油　砂糖	たまねぎ　キャベツ　きゅうり バナナ　コーン　はくさい　にんじん こまつな
17	月	ごはん 中華風ローストチキン　　ゆで野菜 人参しりしり　みそ汁　くだもの	牛乳 ピザトースト	牛乳　鶏肉　ツナ　豆腐 みそ　チーズ　ベーコン	米　ごま　食パン	たまねぎ　しょうが　にんにく ブロッコリー　にんじん　なめこ 葉ねぎ　メロン　コーン　ピーマン
18	火	スパゲティミートソース キャベツサラダ　すまし汁 くだもの	水 わかめおにぎり	牛乳　豚ひき肉　チーズ	スパゲティ　米　小麦粉　油 バター　砂糖　チーズ	たまねぎ　にんじん　ピーマン パセリ　にんにく　キャベツ きゅうり　えのきたけ　にら　すいか
19	水	ごはん 魚のステーキ　キャベツのごま酢和え　みそ汁 くだもの	牛乳 仲良しサンド	牛乳　魚　みそ	米　油　砂糖　ごま　いちごジャム マーガリン　食パン	たまねぎ　キャベツ　にんじん かぶ　しめじ　柑橘類
20	木	焼き鳥丼 ごぼうサラダ　スープ くだもの	水 にゅうめん	牛乳　鶏肉	米　油　マヨドレ　ごま そうめん	ねぎ　のり　ごぼう　きゅうり にんじん　じゃがいも　たまねぎ バナナ　葉ねぎ　しいたけ
21	金	ごはん なすと豚肉のみそ炒め　きゅうりのゆかり和え えのきとにらのスープ　くだもの	牛乳 レモンクッキー	牛乳　豚肉　みそ	米　ごま　砂糖　小麦粉　バター 油　片栗粉	にんじん　なす　たまねぎ　きゅうり にら　えのきたけ　メロン　レモン
22	土	二色丼 キャベツの塩こんぶ和え　スープ くだもの	水 ゼリー せんべい	鶏肉	砂糖　油	ほうれん草　キャベツ　きゅうり にんじん　たまねぎ　バナナ コーン　こんぶ
24	月	豚丼 かぼちゃの甘煮　わかめスープ くだもの	牛乳 ミルクスコーン	牛乳　豚肉　生クリーム	米　砂糖　小麦粉　油	たまねぎ　かぼちゃ　わかめ 葉ねぎ　すいか　こんにゃく グリーンピース
25	火	みそラーメン じゃがいも煮 くだもの	水 おかかおにぎり	牛乳　豚ひき肉　みそ	中華麺　米　油	にんじん　ねぎ　もやし　小松菜 キャベツ　じゃがいも　メロン コーン
26	水	ごはん 魚の照り焼き　ひじき炒り煮　みそ汁 くだもの	牛乳 りんごゼリー ビスケット	牛乳　魚　みそ　油揚げ ゼラチン	米　砂糖　油	ひじき　にんじん　じゃがいも たまねぎ　すいか　りんごジュース
27	木	カレーライス ちりめんサラダ　野菜スープ くだもの	牛乳 シュガートースト	牛乳　豚肉　しらす	米　小麦粉　油　砂糖　バター 砂糖　食パン　ごま油	じゃがいも　たまねぎ　にんじん にんにく　しょうが　キャベツ きゅうり　はくさい　しいたけ　バナナ
28	金	ごはん ポークチャップ　ほうれん草としめじのソテー すまし汁　くだもの	牛乳 蒸しパン	牛乳　豚肉	米　砂糖　小麦粉	たまねぎ　ピーマン　小松菜　しめじ だいこん　わかめ　コーン　バナナ
29	土	ハヤシライス コーンサラダ　具だくさん汁 くだもの	水 ゼリー せんべい	豚肉　油揚げ	米　油　砂糖	たまねぎ　キャベツ　きゅうり コーン　だいこん　にんじん ごぼう　ほうれん草　バナナ

☆誕生日メニューです。