



献立表



令和4年6月 みのり第2保育園

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日			
				1	2		3		4				
<p>6月4日~10日は「歯と口の健康週間」です 食事には歯と口の健康が欠かせません。よく噛んで食べることを心がけ、食後の歯みがきも習慣づけましょう。おやつには、あめやガムなど砂糖を含む歯にくっつきやすいものを控え、煮干しやせんべいなど噛みごたえのあるものを選ぶのがおすすめです。</p>				鮭の西京焼き <small>鮭、白みそ、付) 粉ふき芋</small>	肉じゃが <small>牛肉、じゃが芋、人参、玉葱、しらたき、椎茸、いんげん</small>	麦ごはん さばの塩焼き <small>さば、付) トマト</small>		鶏とごぼうのピラフ <small>鶏肉、ごぼう、ピーマン、人参、玉葱、マーガリン</small>					
				春雨サラダ <small>春雨、きゅうり、人参、ハム、ごま</small>	小松菜のツナ和え <small>小松菜、人参、ツナ</small>		キャベツのごま和え <small>キャベツ、人参、コーン、ごま</small>		ツナコーンサラダ <small>いんげん、コーン、ツナ、ごま、マヨ</small>				
				心のすまし汁 <small>か、玉ねぎ、えのき、ねぎ</small>	玉ねぎの味噌汁 <small>玉葱、しめじ、ねぎ</small>		豆腐のすまし汁 <small>豆腐、玉ねぎ、えのき、わかめ</small>		マカロニスープ <small>マカロニ、人参、玉葱、しめじ、パセリ</small>				
				果物 (オレンジ)	プリン		ぼうしパン 牛乳		菓子 牛乳				
6		7		8		9		10		11 参観日(めだか)			
五目うどん <small>鶏肉、玉葱、人参、油揚げ、卵、ねぎ</small>		お豆カレー <small>鶏肉、水煮大豆、玉葱、人参、じゃが芋、グリーンピース</small>		白身魚の甘酢あんかけ <small>バトウ、玉ねぎ、人参、ピーマン</small>		黒米ごはん 鶏のごまみそ焼き <small>鶏肉、ごま、みそ、付) トマト</small>		バトウのムニエル <small>バトウ、小麦粉、バター、付) 粉ふき芋</small>		ひじきごはん <small>ツナ、ひじき、人参、絹さや</small>			
かぼちゃの煮物 <small>かぼちゃ、ちりめんじゃこ</small>		マカロニサラダ <small>マカロニ、きゅうり、人参、キャベツ、ハム、マヨ</small>		ひじきの煮物 <small>ひじき、人参、油揚げ、いんげん</small>		切干大根の梅肉和え <small>切干大根、きゅうり、人参、梅干し、かつお節</small>		コールスローサラダ <small>キャベツ、きゅうり、パイナップル、レーズン</small>		いんげんのごま和え <small>いんげん、人参、コーン、ごま</small>			
納豆和え <small>納豆、ほうれん草、人参、キャベツ、もみり</small>		フルーツポンチ <small>白玉団子、みかん缶、白桃缶、パイナップル</small>		もやしのすまし汁 <small>もやし、わかめ、ねぎ</small>		豆腐のすまし汁 <small>豆腐、えのき、人参、わかめ</small>		レタススープ <small>鶏肉、レタス、トマト、玉ねぎ</small>		もやしのみそ汁 <small>もやし、豆腐、わかめ、ねぎ</small>			
果物 (バナナ)		うめツチおにぎり チーズ		菓子 牛乳		ピザ春巻き		果物 (オレンジ)		菓子 牛乳			
13		14 おべんとうやさん		15		16		17 カミカミday		18 参観日(べんぎん)			
ミートスパゲティ <small>合シメ、玉葱、人参、あさり、マツタケ、グリーンピース、粉チーズ</small>		豆腐のそぼろ丼 <small>豆腐、鶏ひき肉、ほうれん草、人参</small>		さばの竜田揚げ <small>さば、片栗粉、付) トマト</small>		鶏のママレード焼き <small>鶏肉、ママレード、付) 粉ふき芋</small>		雑穀ごはん 魚のパン粉焼き <small>あじ、パン粉、パセリ、付) スティックきゅうり</small>		焼肉丼 <small>牛肉、玉葱、人参、キャベツ、ピーマン、焼肉のたれ</small>			
ポテトサラダ <small>じゃが芋、人参、きゅうり、ハム、レーズン、マヨ</small>		きゅうりの酢の物 <small>きゅうり、キャベツ、人参、わかめ、ごま</small>		ひじきの華風和え <small>ひじき、きゅうり、人参、コーン、ハム、ごま</small>		トマトサラダ <small>トマト、きゅうり、コーン、ツナ</small>		カミカミきんぴら <small>ごぼう、人参、茎わかめ、しらたき、ごま</small>		ほうれん草のナムル <small>ほうれん草、人参、もやし、コーン、ごま</small>			
コーンスープ <small>クリームコーン、コーン、玉葱、パセリ</small>		かきたま汁(未満児) <small>卵、玉ねぎ、じゃが芋、ねぎ</small>		ワンタンスープ <small>ワンタン皮、玉葱、人参、もやし、ニラ</small>		豆腐の味噌汁 <small>豆腐、玉葱、人参、ねぎ</small>		そうめん汁 <small>そうめん、玉葱、えのき、ねぎ</small>		わかめスープ <small>わかめ、玉ねぎ、椎茸</small>			
果物 (バナナ)		厚焼き玉子、 左ごちゃんワインナー(以上児)		菓子 牛乳		豆乳バナナケーキ 牛乳		果物 (オレンジ)		菓子 牛乳			
細巻き寿司		フルーツヨーグルト		菓子牛乳		豆乳バナナケーキ牛乳		サクサクチーズトマト牛乳		菓子牛乳			
20		21 夏至		22 誕生会		23 あいじょう弁当		24		25 参観日(らっこ)			
焼きそば <small>豚肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、青のり、ソース</small>		なす入りつくね <small>鶏ひき肉、玉葱、豆腐、おから、なす、付) トマト</small>		冷やしうどんDX <small>とり天、竹輪磯辺揚げ、カニカマ天、かぼちゃ天、ねばねば</small>		菜果サラダ <small>キャベツ、きゅうり、パイナップル、レーズン</small>		揚げ鶏の甘酢かけ <small>鶏肉、トマト、大葉</small>		麦ごはん カレイの生姜煮		ハヤシライス <small>牛肉、じゃが芋、人参、玉葱、マッシュルーム、グリーンピース</small>	
小松菜のナムル <small>小松菜、人参、コーン、ハム、ごま</small>		バンサンスー <small>春雨、きゅうり、人参、ハム、ごま</small>		果物 (メロン)		ミルクおから <small>おから、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、ねぎ、チーズ、牛乳</small>		キャベツのごま酢和え <small>キャベツ、きゅうり、人参、かまぼこ、ごま</small>		ほうれん草のコーン和え <small>ほうれん草、人参、コーン</small>			
厚揚げのみそ汁 <small>厚揚げ、玉ねぎ、ねぎ</small>		しめじのスープ <small>しめじ、玉ねぎ、人参、パセリ</small>		果物 (メロン)		じゃが芋のみそ汁 <small>じゃが芋、人参、玉ねぎ、わかめ</small>		えのきのすまし汁 <small>えのき、豆腐、わかめ、ねぎ</small>		青りんごゼリー			
果物 (オレンジ)		菓子 牛乳		ケロケロサンド 牛乳		カレーパン 牛乳		果物 (バナナ)		菓子 牛乳			
わかめおにぎり はりはり漬け		菓子 牛乳		ケロケロサンド 牛乳		カレーパン 牛乳		果物 (バナナ)		菓子 牛乳			
27		28		29		30		<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 50%; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> <p>神社の除災行事である夏越の祓(なごしのはらえ)が行われる6月30日には、水無月を食べて1年の残り半分の無病息災を願う習慣があります!</p> </div>					
肉みそスパゲティ <small>豚ミンチ、人参、玉ねぎ、もやし、グリーンピース</small>		マーボー豆腐 <small>豆腐、合シメ、玉葱、人参、たけのこ、椎茸、ねぎ、味噌</small>		茶飯 魚の梅マヨ焼き <small>あじ、梅干し、マヨネーズ、付) トマト</small>		揚げ鶏の甘酢かけ <small>鶏肉、トマト、大葉</small>							
かぼちゃサラダ <small>かぼちゃ、じゃが芋、きゅうり、レーズン、チーズ、マヨ</small>		あらめのマリネ <small>あらめ、きゅうり、もやし、コーン</small>		昆布と野菜の含め煮 <small>昆布、じゃが芋、人参、いんげん</small>		ミルクおから <small>おから、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、ねぎ、チーズ、牛乳</small>							
コンソメスープ <small>玉ねぎ、コーン、しめじ、パセリ</small>		なめこのすまし汁 <small>なめこ、玉ねぎ、ねぎ</small>		春雨スープ <small>春雨、もやし、にら、ベーコン</small>		じゃが芋のみそ汁 <small>じゃが芋、人参、玉ねぎ、わかめ</small>							
果物 (バナナ)		きつねおにぎり カリカリいりこ		ヨーグルトケーキ 牛乳		菓子 牛乳							

※都合により、献立が変更になる場合があります
※未満児は9時半頃に牛乳を飲みます