

JUNE 6月のメニュー

2023年
(0・1・2歳児)

月	火	水	木	金	土
<p>野菜嫌いを克服</p> <p>子どもは野菜嫌いが多いですね。なぜなら、子どもの味覚はとても敏感で、大人が感じるよりも苦く、酸っぱく感じるからです。しかし、子どもは慣れることにより、苦手なものを克服することができます。肉や魚といっしょに加熱調理するとうま味で渋みや苦味が減り、野菜によっては甘くなるなど、食べやすくなります。ぜひ試してみましょう。</p>			1	2	3
			オレンジ	甘辛せんべい	ベジタブルスナック
			ご飯	ビビンバ丼	スパゲティミートソース
			ハムステーキ	しゅうまい	コンソメスープ
			キャベツのマリネ	中華スープ	バナナ
			味噌汁	黄桃缶	
			杏仁豆腐	フライドポテト	ココナッツサブレ
5	6	7	8	9	10
オレンジ	源氏パイ	バナナ	ジャンボコーン	ウエハース	ビスコ
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ハヤシライス	チキンライス
さばの塩焼き	豚肉の生姜炒め	白身魚のフライ	タンドリーチキン	さつま芋サラダ	コンソメスープ
五目煮豆	かぼちゃの煮物	小松菜の昆布和え	キャベツのサラダ	コンソメスープ	オレンジ
味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	ミニゼリー	
		洋梨缶			
セサミクッキー	ブラウニーケーキ	マーマレードサンド	コーンフレークヨーグルト	たご焼き	ミレービスケット
12	13	14	15	16	17
サラダせんべい	バナナ	ヨーグルト	オレンジ	ベジタブルスナック	クリームサンドせんべい
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	カレー麻婆丼	スパゲティナポリタン
さわらの照焼き	ハンバーグ	豚肉とピーマンの細切り炒め	鶏肉のパン粉焼き	中華春雨	コンソメスープ
がんもの煮物	ブロッコリーのサラダ	ほうれん草のナムル	キャベツのソテー	中華スープ	バナナ
味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	みかん缶	
	チーズ				
マンゴープリン	ミニうどん	ホットドック	フルーチェ	ポップコーン	満月ボン
19	20	21	22	23	24
オレンジ	マリービスケット	せんべい	バナナ	ココナッツサブレ	動物ビスケット
ふりかけご飯	ご飯	ロールパン	ご飯	冷やし中華	焼き飯
カレーの煮付け	すき焼き煮	チキンカツ	豚肉のスタミナ炒め	わかめご飯	中華スープ
ブロッコリーの和え物	ポテトサラダ	ツナサラダ	高野豆腐の煮物	蒸しぎょうざ	オレンジ
味噌汁	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	黄桃缶	
		パイン缶			
わらびもち	バナナケーキ	じゃこおにぎり	フルーツヨーグルト	小松菜クッキー	甘塩せんべい
26	27	28	29	30	
バナナ	ウエハース	ヨーグルト	オレンジ	甘辛せんべい	
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	豚丼	
鮭のマヨネーズ焼き	ミートボールのカレーあん	肉じゃが	鶏肉の照焼き	ブロッコリーの甘酢あえ	
切干大根の煮付け	キャベツの和風サラダ	ひじきとマカロニのサラダ	ほうれん草のなめたけ和え	味噌汁	
味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	味噌汁	洋梨缶	
	乳酸菌飲料				
リッツのクリームサンド	きな粉蒸しパン	かぼちゃパイ	ブラマンジェ	ラスク	

*材料入手の関係上、多少の変更をさせていただく場合がございますのでご了承願います。

※ 卵アレルギー 乳アレルギー 甲殻類アレルギー 大豆アレルギー アレルギー食は、除去食または代替食となります。





のメニュー

【今月の平均】

エネルギー 576kcal
たんぱく質 23.5g
脂質 18.5g

2023年
(3・4・5歳児)

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>野菜嫌いを克服</p> <p>子どもは野菜嫌が多いですね。なぜなら、子どもの味覚はとても敏感で、大人が感じるよりも苦く、酸っぱく感じるからです。しかし、子どもは慣れることにより、苦手なものを克服することができます。肉や魚といっしょに加熱調理するとうま味で渋みや苦味が減り、野菜によっては甘くなるなど、食べやすくなります。ぜひ試してみましょう。</p> </div> <div style="width: 30%; border-left: 1px dashed black; padding-left: 10px;"> <p>ご飯</p> <p>ハムステーキ</p> <p>キャベツのマリネ</p> <p>味噌汁</p> <p>杏仁豆腐</p> </div> <div style="width: 30%; border-left: 1px dashed black; padding-left: 10px;"> <p>びびん丼</p> <p>しゅうまい</p> <p>中華スープ</p> <p>黄桃缶</p> <p>フライドポテト</p> </div> <div style="width: 30%; border-left: 1px dashed black; padding-left: 10px;"> <p>スパゲティミートソース</p> <p>コンソメスープ</p> <p>バナナ</p> <p>ココナッツサブレ</p> </div> </div>					
5	6	7	8	9	10
<p>ご飯</p> <p>さばの塩焼き</p> <p>五目煮豆</p> <p>味噌汁</p> <p>セサミクッキー</p>	<p>ご飯</p> <p>豚肉の生姜炒め</p> <p>かぼちゃの煮物</p> <p>味噌汁</p> <p>ブラウニーケーキ</p>	<p>ご飯</p> <p>白身魚のフライ</p> <p>小松菜の昆布和え</p> <p>味噌汁</p> <p>洋梨缶</p> <p>マーメレードサンド</p>	<p>ご飯</p> <p>タンドリーチキン</p> <p>キャベツのサラダ</p> <p>味噌汁</p> <p>コーンフレークヨーグルト</p>	<p>ハヤシライス</p> <p>さつま芋サラダ</p> <p>コンソメスープ</p> <p>ミニゼリー</p> <p>たご焼き</p>	<p>チキンライス</p> <p>コンソメスープ</p> <p>オレンジ</p> <p>ミレービスケット</p>
12	13	14	15	16	17
<p>ご飯</p> <p>さわらの照焼き</p> <p>がんもの煮物</p> <p>味噌汁</p> <p>マンゴープリン</p>	<p>ご飯</p> <p>ハンバーグ</p> <p>ブロッコリーのサラダ</p> <p>味噌汁</p> <p>チーズ 5歳 クッキング</p> <p>ミニうどん</p>	<p>ご飯</p> <p>豚肉とピーマンの細切り炒め</p> <p>ほうれん草のナムル</p> <p>味噌汁</p> <p>ホットドック</p>	<p>ご飯</p> <p>鶏肉のパン粉焼き</p> <p>キャベツのソテー</p> <p>味噌汁</p> <p>フルーチェ</p>	<p>カレー麻婆丼</p> <p>中華春雨</p> <p>中華スープ</p> <p>みかん缶</p> <p>ポップコーン</p>	<p>スパゲティナポリタン</p> <p>コンソメスープ</p> <p>バナナ</p> <p>満月ボン</p>
19	20	21	22	23	24
<p>ふりかけご飯</p> <p>カレーの煮付け</p> <p>ブロッコリーの和え物</p> <p>味噌汁</p> <p>わらびもち</p>	<p>ご飯</p> <p>すき焼き煮</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>味噌汁</p> <p>バナナケーキ</p>	<p>4.5歳 バイキング</p> <p>ロールパン</p> <p>チキンカツ</p> <p>ツナサラダ</p> <p>コンソメスープ</p> <p>パイ缶</p> <p>じゃこおにぎり</p>	<p>ご飯</p> <p>豚肉のスタミナ炒め</p> <p>高野豆腐の煮物</p> <p>味噌汁</p> <p>フルーツヨーグルト</p>	<p>冷やし中華</p> <p>わかめご飯</p> <p>蒸しぎょうざ</p> <p>黄桃缶</p> <p>小松菜クッキー</p>	<p>焼き飯</p> <p>中華スープ</p> <p>オレンジ</p> <p>甘塩せんべい</p>
26	27	28	29	30	
<p>ご飯</p> <p>鮭のマヨネーズ焼き</p> <p>切干大根の煮付け</p> <p>味噌汁</p> <p>リッツのクリームサンド</p>	<p>ご飯</p> <p>ミートボールのカレーあん</p> <p>キャベツの和風サラダ</p> <p>コンソメスープ</p> <p>乳酸菌飲料</p> <p>きな粉蒸しパン</p>	<p>ご飯</p> <p>肉じゃが</p> <p>ひじきとマカロニのサラダ</p> <p>味噌汁</p> <p>かぼちゃパイ</p>	<p>ご飯</p> <p>鶏肉の照焼き</p> <p>ほうれん草のなめたけ和え</p> <p>味噌汁</p> <p>ブラマンジェ</p>	<p>豚丼</p> <p>ブロッコリーの甘酢あえ</p> <p>味噌汁</p> <p>洋梨缶</p> <p>ラスク</p>	

*材料入手の関係上、多少の変更をさせていただく場合がございますのでご了承願います。

※ 卵アレルギー 乳アレルギー 甲殻類アレルギー 大豆アレルギー アレルギー食は、除去食または代替食となります。



のメニュー

2023年
カミカミ期

月	火	水	木	金	土
<p>野菜嫌いを克服</p> <p>子どもは野菜嫌いが多いですね。なぜなら、子どもの味覚はとても敏感で、大人が感じるよりも苦く、酸っぱく感じるからです。しかし、子どもは慣れることにより、苦手なものを克服することができます。肉や魚といっしょに加熱調理するとうま味で渋みや苦味が減り、野菜によっては甘くなるなど、食べやすくなります。ぜひ試してみてください。</p>			1	2	3
			オレンジ 軟飯又はご飯 白身魚のうま煮 キャベツの煮浸し 味噌汁 蒸しポテト	バナナ 軟飯又はご飯 牛肉と野菜のうま煮 ほうれん草の煮浸し 野菜スープ マンナウエハース	赤ちゃんせんべい 煮込みうどん じゃが芋のやわらか煮 バナナ マンナビスケット
5	6	7	8	9	10
オレンジ 軟飯又はご飯 白身魚のだし煮 大豆のやわらか煮 味噌汁 ふかし芋	赤ちゃんせんべい 軟飯又はご飯 豚肉と野菜のうま煮 かぼちゃのやわらか煮 味噌汁 きな粉おにぎり	バナナ 軟飯又はご飯 白身魚のうま煮 小松菜の煮浸し 味噌汁 スティックパン	オレンジ 軟飯又はご飯 鶏肉のだし煮 ブロッコリーと納豆のやわらか煮 味噌汁 ヨーグルト	マンナビスケット 軟飯又はご飯 白身魚と野菜のあん煮 さつま芋のやわらか煮 野菜スープ 蒸しかぼちゃ	マンナウエハース ぞうすい 青菜の煮浸し オレンジ 赤ちゃんせんべい
12	13	14	15	16	17
マンナウエハース 軟飯又はご飯 白身魚のうま煮 キャベツの煮浸し 味噌汁 蒸しポテト	バナナ 軟飯又はご飯 白身魚のあん煮 カリフラワーのやわらか煮 味噌汁 ふかし芋	ヨーグルト 軟飯又はご飯 豚肉と野菜のだし煮 ほうれん草の煮浸し 味噌汁 蒸しかぼちゃ	オレンジ 軟飯又はご飯 鶏肉とレバーのうま煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁 マンナビスケット	赤ちゃんせんべい 軟飯又はご飯 白身魚と豆腐のだし煮 かぼちゃのやわらか煮 野菜スープ きな粉おにぎり	マンナビスケット 煮込みうどん キャベツの煮浸し バナナ マンナウエハース
19	20	21	22	23	24
オレンジ 軟飯又はご飯 白身魚のあん煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁 ふかし芋	バナナ 軟飯又はご飯 牛肉と野菜のうま煮 じゃが芋のやわらか煮 味噌汁 赤ちゃんせんべい	マンナビスケット 軟飯又はご飯 白身魚のだし煮 キャベツと納豆の煮浸し 野菜スープ きな粉おにぎり	バナナ 軟飯又はご飯 豚肉と野菜のだし煮 高野のやわらか煮 味噌汁 ヨーグルト	マンナウエハース 軟飯又はご飯 白身魚のうま煮 青菜の煮浸し 味噌汁 蒸しかぼちゃ	赤ちゃんせんべい ぞうすい さつま芋のやわらか煮 オレンジ マンナビスケット
26	27	28	29	30	
バナナ 軟飯又はご飯 鮭のだし煮 切干大根のやわらか煮 味噌汁 蒸しポテト	赤ちゃんせんべい 軟飯又はご飯 白身魚と野菜のあん煮 キャベツの煮浸し 野菜スープ 蒸しかぼちゃ	ヨーグルト 軟飯又はご飯 牛肉と野菜のうま煮 マカロニのスープ煮 味噌汁 マンナウエハース	オレンジ 軟飯又はご飯 鶏肉とレバーのうま煮 ほうれん草の煮浸し 味噌汁 ふかし芋	マンナビスケット 軟飯又はご飯 白身魚のあん煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁 スティックパン	

*材料入手の関係上、多少の変更をさせていただく場合がございますのでご了承願います。