

6月献立表

令和3年6月発行

ながさわ子ども園

今月はおかみかみデーに「ごぼうサラダ」が入っています。しっかり噛んで食べましょう。郷土料理には「魚の南蛮漬け」を入れました。さっぱりとした味わいで、蒸し暑い時期にぴったりです。



	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	
	ご飯 魚のソテー彩り野菜 サゲ、玉葱、人参、ピーマン パプリカ、小麦粉、こしょう 塩、醤油、油 ミルクおから 豚ミンチ、おから、人参、玉葱 葱、チーズ、牛乳、砂糖、塩 醤油、油 なめこの味噌汁 なめこ、玉葱、小松菜 味噌、いりこ お好み焼き 豚肉、卵、ベーキングパウダー 小麦粉、牛乳、長芋、きゃべつ 葱、ソース、マヨネーズ 牛乳	ご飯 チキンチャップ 鶏肉、トマト、にんにく、生姜 ケチャップ、ソース、砂糖、油 小麦粉、ブロッコリー きゅうりの酢の物 きゅうり、もやし、カニカマ わかめ、酢、砂糖、塩 じゃが芋の味噌汁 じゃが芋、玉葱、人参、油揚げ 味噌、いりこ バナナクッキー 小麦粉、バター、牛乳、砂糖 アーモンドプードル、かざり 牛乳	肉みそラーメン 中華麺、豚ミンチ、玉葱、人参 きゃべつ、コンソメ、もやし、葱 にんにく、生姜、味噌、砂糖 醤油、鶏がらだし、塩、油 レバーの甘辛煮 鶏レバー、にんにく、生姜、砂糖 醤油、酒 小松菜のおかか和え 小松菜、人参、醤油、かつお節 オレンジ 菜飯おにぎり 米、押し麦、菜飯ふりかけ 牛乳	ご飯 魚のフライ アジ、小麦粉、パン粉、油 塩、こしょう、トマト ひじき煮 ひじき、人参、いんげん こんにゃく、さつま揚げ 砂糖、醤油、油 えのきのすまし汁 えのき、玉葱、人参、塩、醤油 いりこ きな粉ラスク 食パン、マーガリン、きな粉 砂糖 牛乳	参観日 	
	カレーライス 米、押し麦、牛肉、玉葱 人参、じゃが芋、なす、レーズン カレールウ、油、醤油、酒 スティック野菜 きゅうり、人参、パプリカ、塩 オレンジ ヨーグルト和え ヨーグルト、白桃、黄桃、パン みかん、バナナ、グラニュー糖	ご飯 豆腐のひき肉のせ 豆腐、合ミンチ、生姜、玉葱 グリーンピース、にんにく、酒 油、砂糖、醤油 菜果サラダ 白菜、きゅうり、みかん 酢、砂糖、油、こしょう なすの味噌汁 なす、玉葱、人参、オクラ わかめ、いりこ、味噌 バナナスティックパイ パイ生地、グラニュー糖 牛乳	ご飯 魚のコーンマヨネーズ焼き バトウ、マヨネーズ、チーズ コーン、パセリ、スキムミルク 即席漬け きゃべつ、人参、塩昆布 醤油、塩 野菜たっぷりスープ 玉葱、人参、じゃが芋、トマト グリーンピース、コンソメ 醤油、塩 冷やしぜんざい 白玉粉、小豆、砂糖、塩 牛乳	塩焼きそば 焼きそば麺、豚肉、イカ、玉葱 人参、ピーマン、きゃべつ 油、塩、鶏がらだし オクラの和えも オクラ、納豆、ほうれん草 かつお節、醤油、ごま スキムミルク 豆乳スープ 玉葱、しめじ、人参、豆乳 パセリ、塩、コンソメ ミルクスコーン 小麦粉、ベーキングパウダー、卵 バター、砂糖、牛乳、レーズン 牛乳	ご飯 豚肉の天ぷら 豚肉、にんにく、塩、こしょう 酒、天ぷら粉、油、トマト 三色和え もやし、きゅうり、人参 コーン、ごま、醤油 玉葱の味噌汁 玉葱、えのき、チンゲン菜 味噌、いりこ 豆腐ブラウニー 豆腐、ミックス粉、ココア 砂糖、牛乳 牛乳	二色丼 米、鶏肉、生姜、人参 ごま、醤油、砂糖、刻み海苔 きのこの味噌汁 しめじ、えのき、油揚げ、玉葱 いりこ、味噌 バナナ菓子 牛乳
おやつ	7日(月) カレーライス 米、押し麦、牛肉、玉葱 人参、じゃが芋、なす、レーズン カレールウ、油、醤油、酒 スティック野菜 きゅうり、人参、パプリカ、塩 オレンジ ヨーグルト和え ヨーグルト、白桃、黄桃、パン みかん、バナナ、グラニュー糖	8日(火) 豆腐のひき肉のせ 豆腐、合ミンチ、生姜、玉葱 グリーンピース、にんにく、酒 油、砂糖、醤油 菜果サラダ 白菜、きゅうり、みかん 酢、砂糖、油、こしょう なすの味噌汁 なす、玉葱、人参、オクラ わかめ、いりこ、味噌 バナナスティックパイ パイ生地、グラニュー糖 牛乳	9日(水) 魚のコーンマヨネーズ焼き バトウ、マヨネーズ、チーズ コーン、パセリ、スキムミルク 即席漬け きゃべつ、人参、塩昆布 醤油、塩 野菜たっぷりスープ 玉葱、人参、じゃが芋、トマト グリーンピース、コンソメ 醤油、塩 冷やしぜんざい 白玉粉、小豆、砂糖、塩 牛乳	10日(木) 塩焼きそば 焼きそば麺、豚肉、イカ、玉葱 人参、ピーマン、きゃべつ 油、塩、鶏がらだし オクラの和えも オクラ、納豆、ほうれん草 かつお節、醤油、ごま スキムミルク 豆乳スープ 玉葱、しめじ、人参、豆乳 パセリ、塩、コンソメ ミルクスコーン 小麦粉、ベーキングパウダー、卵 バター、砂糖、牛乳、レーズン 牛乳	11日(金) ご飯 豚肉の天ぷら 豚肉、にんにく、塩、こしょう 酒、天ぷら粉、油、トマト 三色和え もやし、きゅうり、人参 コーン、ごま、醤油 玉葱の味噌汁 玉葱、えのき、チンゲン菜 味噌、いりこ 豆腐ブラウニー 豆腐、ミックス粉、ココア 砂糖、牛乳 牛乳	12日(土) 二色丼 米、鶏肉、生姜、人参 ごま、醤油、砂糖、刻み海苔 きのこの味噌汁 しめじ、えのき、油揚げ、玉葱 いりこ、味噌 バナナ菓子 牛乳
おやつ	14日(月) 具だくさんうどん うどん、鶏肉、玉葱、人参、白菜 大根、葱、油揚げ、醤油、みりん 塩、いりこ 焼きししゃも ししゃも、コーン ★アスパラとトマトのサラダ アスパラ、ミニトマト、卵 マヨネーズ、油、塩、こしょう バナナじゃこのおにぎり 米、しらす干し わかめふりかけ、ごま 牛乳	15日(火) ご飯 麻婆豆腐 豆腐、豚ミンチ、椎茸、葱 玉葱、人参、生姜、にんにく ごま油、油、味噌、醤油、砂糖 鶏がらだし、酒 ハンサンスー 春雨、人参、きゅうり、ハム ごま、砂糖、醤油、酢、ごま油 中華スープ 白菜、玉葱、あさり、葱、塩 鶏がらだし キャラメルラスク フランスパン、生クリーム アーモンド、砂糖、バター 牛乳	16日(水) ご飯 ★豚肉のつけ焼き 豚肉、玉葱、りんご、にんにく 醤油、ごま油、きゃべつ 白和え ほうれん草、人参、豆腐、ごま ひじき、味噌、砂糖、醤油 もやしのすまし汁 もやし、玉葱、わかめ 醤油、塩、いりこ バナナあじさいゼリー ぶどうジュース、寒天、砂糖 ヨーグルト	17日(木) ご飯 魚の塩焼き カレイ、塩、トマト ごぼうサラダ ごぼう、きゅうり、人参、ツナ ごま、マヨネーズ、醤油 スキムミルク わかめスープ わかめ、玉葱、人参 鶏がらだし、塩 南瓜蒸しパン ミックス粉、砂糖、牛乳、南瓜 牛乳	18日(金) 誕生会 ご飯 ササミのスティックコンソメ ササミ、小麦粉、パン粉、酒 塩、こしょう、コンソメ、油 きゃべつ 南瓜サラダ 南瓜、じゃが芋、人参 チーズ、レーズン、塩、こしょう スキムミルク ポパイスープ ほうれん草、玉葱、えのき コンソメ、塩 オレンジ でんでんむしケーキ ロールケーキ、ブリッツ 牛乳	19日(土) ピラフ 米、ウインナー、人参、玉葱 コーン、ピーマン、バター コンソメ、塩 ポテトスープ じゃが芋、人参、玉葱、しめじ コンソメ、塩 オレンジ菓子 牛乳
おやつ	21日(月) ご飯 鶏のさっぱり煮 鶏肉、酒、にんにく、砂糖 醤油、酢、トマト ほうれん草のコーンとえ ほうれん草、コーン、醤油 五目味噌汁 玉葱、大根、人参、厚揚げ 葱、味噌、いりこ ホットサンド 食パン、ハム、チーズ マヨネーズ 牛乳	22日(火) ご飯 豚肉じゃが 豚肉、じゃが芋、玉葱、人参 こんにゃく、いんげん 砂糖、醤油、油、酒 ナムル もやし、きゅうり、ツナ、人参 ごま、ごま油、酢、砂糖、醤油 とろみ汁 豆腐、玉葱、椎茸、ごぼう わかめ、醤油、塩 オレンジ芋ようかん さつま芋、寒天、砂糖、塩 牛乳	23日(水) ご飯 豆腐のおやき 豆腐、葱、ツナ、パン粉、卵 スキムミルク、ケチャップ ブロッコリー 南瓜の含め煮 南瓜、グリーンピース 砂糖、醤油 きゃべつの味噌汁 きゃべつ、人参、玉葱 味噌、いりこ 野菜チップス ごぼう、さつま芋、れんこん 片栗粉、みりん、塩、油 牛乳	24日(木) ご飯 魚の南蛮漬け アジ、玉葱、人参、ピーマン 酢、砂糖、醤油、塩、油 片栗粉 切り干し大根の煮物 切り干し大根、人参、椎茸 さつま揚げ、砂糖、醤油、油 ふのすまし汁 おかつら、玉葱、小松菜 わかめ、塩、醤油、いりこ ★人参ブラマンジェ 人参、牛乳、コーンスターチ 砂糖、バニラエッセンス	25日(金) ミートスパゲティ スパゲティ、合ミンチ、玉葱 人参、グリーンピース、トマト にんにく、ケチャップ、酒 塩、コンソメ、チーズ ごま酢和え 小松菜、もやし、あさり ごま、酢、砂糖、醤油 コンソメスープ なす、玉葱、人参 塩、コンソメ バナナきな粉団子 きな粉、白玉粉、豆腐、砂糖、塩 牛乳	26日(土) 豚肉の生姜焼き丼 米、豚肉、玉葱、ピーマン 生姜、砂糖、醤油 豆腐のすまし汁 豆腐、玉葱、人参、葱 醤油、塩、いりこ バナナ菓子 牛乳
おやつ	28日(月) ご飯 魚の西京焼き サウラ、味噌、みりん、砂糖 トマト きゃべつのごま和え きゃべつ、人参、ごま、醤油 オクラのすまし汁 オクラ、玉葱、しめじ いりこ、醤油、塩 バナナドーナツ 小麦粉、ベーキングパウダー 牛乳、マーガリン、砂糖、油 グラニュー糖 牛乳	29日(火) ご飯 豆腐の野菜あんかけ 豆腐、椎茸、人参、玉葱 ピーマン、みりん、醤油、酒 片栗粉、昆布、かつお節 もやしの和え物 もやし、きゅうり、人参、醤油 小松菜の味噌汁 小松菜、なす、玉葱、味噌 いりこ ピザ ピザ生地、玉葱、ピーマン トマト、コーン、ウインナー ケチャップ、チーズ 牛乳	30日(水) ロールパン ★きのこマカロニのグラタン しめじ、エリンギ、えのき 鶏肉、玉葱、マカロニ、バター 小麦粉、牛乳、コンソメ チーズ、パン粉 ひじきサラダ ひじき、きゅうり、人参 コーン、マヨネーズ きゃべつスープ きゃべつ、玉葱、パセリ じゃが芋、コンソメ、塩 夏みかんゼリー 夏みかん、寒天、砂糖 メーブルシロップ	<div data-bbox="869 1809 1508 2161" data-label="Complex-Block"> <p>梅雨時は食中毒に注意!</p> <p>梅雨はくもりや雨の多い時期のことで、北海道や小笠原諸島以外の地域で、6月から7月にかけてその時期を迎えます。漢字が表すように、梅の実が熟する時期でもあります。気温が高くなり湿気が多くなるので、カビや細菌による食中毒に注意しましょう。</p> <p>いただきますごちそうさま 参照</p> </div>		

●3歳未満児のみ午前のおやつに牛乳(100ml)を飲みます。●行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります。

★印は新しいメニューです。