

6月の献立表

令和3年6月 つくし保育園

月	火	水	木	金	土
	1 みそ汁つくり	2	3 遠足	4	5
	豆腐のそぼろ丼 豆腐、鶏ミンチ、ほうれん草、人参 きゅうりの酢の物 きゅうり、キャベツ、人参、じゃこ、ごま 竹の子のみそ汁 筍、玉葱、ワカメ、キャベツ 果物 さくらクレープ 牛乳	ハヤシライス 牛肉、人参、玉葱、じゃが芋 菜果サラダ キャベツ、きゅうり、パイン 果物		鮭の照り焼き 鮭、付)スティックきゅうり ひじき煮 ひじき、油揚げ、人参、いんげん じゃが芋の味噌汁 じゃが芋、玉葱、人参、ねぎ 果物	焼肉丼 牛肉、玉葱、人参、キャベツ、ピーマン ほうれん草のナムル ほうれん草、人参、モヤシ、コーン、ゴマ わかめスープ わかめ、玉葱、ねぎ
7	8	9	10	11 TCTマト見学	12
焼きそば 豚肉キャベツ、ピーマン、青のり 切干大根の梅肉和え 切干大根、胡瓜、梅干し、かつお節 豆腐とわかめスープ わかめ、豆腐、えのき カレーピラフ チーズ	高野豆腐ハンバーグ 高野豆腐、合ミンチ、玉葱、付)トマト 菜果サラダ きゅうり、キャベツ、パイン缶 コンソメスープ 玉葱、人参、絹さや	鮭のピカタ 鮭、粉チーズ、卵 付)粉ふき芋 キャベツのゆかり和え キャベツ、きゅうり、人参、ゆかり 玉葱とシメジのみそ汁 わかめ、玉葱、しめじ、ネギ 果物	鶏天 鶏肉、付)トマト 春雨サラダ 春雨、きゅうり、人参、ハム、ごま 豆苗のすまし汁 豆苗、玉葱、豆腐、わかめ	麦ごはん さばのしょうが煮 さば、しょうが 付)インゲン ミルクおから おから、豚ひき肉、玉葱、人参、チーズ エノキとワカメのみそ汁 わかめ、玉葱、油揚げ、えのき	梅ちぎりご飯 梅干し、じゃこ いんげんのごま和え いんげん、人参、コーン、ごま もやしのみそ汁 もやし、豆腐、わかめ、ねぎ
14 ミートソース作り	15	16	17	18 カミカミday	19
ミートスパゲティ 合ミンチ、マッシュルーム、Gピース、トマト缶 ポテトサラダ じゃが芋、ハム、レーズン、マヨ コーンスープ コーン、玉葱、パセリ 果物 しらすわかめ 甘酢漬け	いろいろ豆腐 豆腐、豚・鶏ミンチ、カニカマ、卵 華風和え ひじき、きゅうり、人参、ハム 玉葱の味噌汁 麩、玉葱、わかめ	牛飯 牛肉、人参、ごぼう、キヌサヤ キャベツのごま和え キャベツ、しらす、ゴマ わかめの澄まし汁 わかめ、玉葱、もやし	黒米ご飯 豚肉じゃが 豚肉、じゃが芋、玉葱、しらたき 納豆和え ほうれん草、人参、納豆、もみのり えのき茸の味噌汁 えのき、薄揚げ、ねぎ、わかめ 菓子 牛乳	あじのパン粉焼き あじ、パン粉、付)きゅうりスティック きんぴらごぼう ごぼう、人参、しらたき、インゲン、ゴマ キャベツのスープ キャベツ、玉ねぎ、人参、パセリ 果物 高野豆腐ラスク 牛乳	ひじきごはん ツナ、ひじき、ごぼう、絹さや 煮びたし 小松菜、長天、人参 豆腐の味噌汁 豆腐、玉葱、わかめ
21	22 青空ランチ	23	24	25 誕生会	26
メンマラーメン 焼き豚、メンマ、玉葱、人参、モヤシ ほうれん草のコーン和え ほうれん草、人参、コーン 焼きししゃも ししゃも	鮭ワカメおにぎり ミニハンバーグ 合挽ミンチ、豆腐、玉葱、パン粉 ほうれん草のゴマ和え ほうれん草、人参、もやし、ゴマ 南瓜の含め煮・果物 お花のウイナー	チキンカレー 鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリーンピース マカロニサラダ きゅうり、キャベツ、ハム、マヨ 果物	鶏のすっぱ煮 鶏肉、酢、しょうゆ 付)キャベツ カミカミサラダ ごぼう、人参、するめ、ごま、マヨ 押麦のスープ 押麦、ペーコン、人参、春雨、パセリ	エビフライ エビ、マヨネーズ、ケチャップ 付)トマト 春雨サラダ 春雨、胡瓜、人参、ハム コーンポタージュ コーン、玉葱、牛乳、米粉 果物 ぶどうゼリー	三色丼 鶏ミンチ、卵、絹さや キャベツのツナコーン和え キャベツ、人参、コーン、ツナ ポテトスープ じゃが芋、玉葱、わかめ
28	29	30	6月30日は夏越の祓(なごしのはらえ) 一年の前半を無事に過ごせた事を感謝するとともに半年間の罪やけがれを祓い残りの半年も清らかな気持ちで過ごせるようにと願う神事です。水無月(白いういろ)の上に小豆をのせ三角に切り分けたお菓子)を無病息災を願って食べる風習があります。保育園でも29日を作っておやつで食べようと思っています。 		
サラダうどん 鶏ささみ、コーン、ワカメ、マヨ、天かす 野菜のの天ぷら かぼちゃ、茄子、ピーマン ちくわの磯部揚げ ちくわ、青のり 果物 炊き込みご飯 はりはり漬け	あじのマリネ あじ、玉葱、人参、黄パプリカ 切干大根の五目煮 切干大根、水菜大豆、いんげん じゃが芋のみそ汁 じゃが芋、玉葱、わかめ	マーボー豆腐丼 豆腐、合ミンチ、玉葱、人参 キャベツの酢の物 キャベツ、きゅうり、みかん缶 中華スープ わかめ、ネギ、ごま ピーチゼリー			

※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。