



6の献立表

令和4年6月 つくし保育園

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; display: inline-block;">ドレッシングづくり</div> ちゅうりっぷ組さんと一緒にドレッシング作りに挑戦しよう 思います。ピンに調味料を入れてふりふり♪ みんなで野菜にかけて食べます 				1	2	3	4	親子遠足			
				鮭の西京焼き <small>鮭、白みそ、付)粉ふき芋</small> 春雨サラダ <small>春雨、きゅうり、人参、みかん缶</small> ふのすまし汁 <small>ふ、玉ねぎ、えのき、ねぎ</small> 果物 以上児)人参団子 未満児)あけぼの🍷	鶏のマーマレード焼き <small>鶏肉、マーマレード 付)キャベツ</small> 切り干し大根の梅肉和え <small>切干大根、胡瓜、人参、梅干し</small> 新じゃがのみそ汁 <small>じゃが芋、キャベツ、玉ねぎ、人参</small> ごぼうクッキー 牛乳	十六穀米 魚のパン粉焼き <small>あじ、パン粉、スティックきゅうり</small> きんぴら・果物 <small>ごぼう、人参、いんげん</small> キャベツのスープ <small>キャベツ、玉ねぎ、えのき、パセリ</small> 菓子 牛乳					
6	7	8	9	10	11						
五目うどん <small>うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、油揚げ</small> かぼちゃの煮物 <small>かぼちゃ、ちりめんじゃこ、いんげん</small> 納豆和え <small>ひきわり納豆、ほうれん草、人参</small> 果物 カレーピラフ🍷 チーズ	豆腐のそぼろ丼 <small>豆腐、鶏ひき肉、ほうれん草、人参</small> きゅうりの酢の物 <small>きゅうり、キャベツ、人参、わかめ</small> かきたま汁 <small>卵、玉ねぎ、じゃが芋、ねぎ</small> 菓子 牛乳 	カレーライス <small>豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋</small> 菜果サラダ <small>キャベツ、胡瓜、パイン</small> 果物 あじさいゼリー 	鶏のごまみそ焼き <small>鶏肉、ごま、みそ、付)こふき芋</small> トマトサラダ <small>トマト、きゅうり、コーン、ツナ</small> えのきのすまし汁 <small>えのき、玉ねぎ、もやし、わかめ</small> ココアシリアルバー 牛乳	バトウのムニエル <small>バトウ、小麦粉、付)コーン</small> コールスローサラダ <small>キャベツ、きゅうり、パイン、レーズン</small> レタススープ <small>鶏肉、レタス、トマト、玉ねぎ</small> 果物 トッピングホットケーキ 牛乳	豚焼肉丼 <small>豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン</small> ほうれん草のナムル <small>ほうれん草、人参、もやし、コーン</small> わかめスープ <small>わかめ、玉ねぎ、もやし、ねぎ</small> 菓子 牛乳						
13	14	15	16	17	18						
ミートスパゲティ <small>合いびき肉、玉ねぎ、人参、粉チーズ</small> ポテトサラダ <small>じゃが芋、人参、きゅうり、ハム</small> コーンスープ <small>クリームコーン、ホールコーン</small> 果物 たこ焼きおにぎり チーズ	もち麦ごはん 鮭のフライ <small>鮭、パン粉 付)トマト</small> マカロニサラダ <small>マカロニ、キャベツ、胡瓜、人参、ハム</small> 春雨スープ・果物 <small>春雨、玉ねぎ、人参、ワカメ</small> サクサクチーズトマト 牛乳	さばの竜田揚げ <small>さば、片栗粉、付)トマト</small> ひじきの華風和え <small>ひじき、きゅうり、人参、コーン</small> コロコロスープ <small>じゃが芋、玉ねぎ、人参、ウインナー</small> 菓子 牛乳 	ひじきごはん <small>ツナ、ひじき、人参、しめじ</small> いんげんのごま和え <small>いんげん、人参、コーン</small> もやしのみそ汁 <small>もやし、玉ねぎ、豆腐、わかめ</small> フルーツヨーグルト	貝だくさんおにぎり🍷 さばの梅シソ焼き <small>さば、シソ、梅干し</small> キャベツのごま和え <small>キャベツ、人参、コーン、ごま</small> 豆腐のみそ汁 <small>豆腐、玉ねぎ、えのき、ねぎ</small> パニーニ 牛乳 	ツナそぼろ丼 <small>ツナ、ほうれん草、卵</small> 甘酢和え <small>胡瓜、キャベツ、ちりめん</small> もやしのすまし汁 <small>もやし、玉ねぎ、ワカメ</small> 菓子 牛乳						
20	21	22	23	24	25						
カミカミday 肉みそスパゲティ <small>豚ひき、人参、玉ねぎ、もやし</small> カミカミサラダ <small>切干大根、すめ、人参、胡瓜</small> コンソメスープ <small>じゃが芋、コーン、ほうれん草</small> 果物 うめツナおにぎり はりはり漬け	なす入りつくね <small>鶏ひき肉、玉ねぎ、豆腐、付)トマト</small> パンサンスー <small>春雨、きゅうり、人参、ハム</small> しめじのスープ <small>しめじ、玉ねぎ、キャベツ、パセリ</small> マーマレードケーキ 牛乳	白身魚の甘酢和え <small>バトウ、玉ねぎ、人参、ピーマン</small> ほうれん草の胡麻和え <small>ほうれん草、人参、キャベツ</small> なめこのみそ汁 <small>なめこ、玉ねぎ、わかめ、ねぎ</small> マカロニかりんとう 牛乳	ハヤシライス <small>牛肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ</small> キャベツのゆかり和え <small>キャベツ、きゅうり、人参、ゆかり</small> 果物 菓子 牛乳 	鮭わかめおにぎり🍷 バトウのカレーフライ <small>バトウ、カレー粉、パン粉</small> フライドポテト ひじきの煮物 <small>ひじき、人参、油揚げ、キヌサヤ</small> 果物 塩キャラメルチップス 牛乳	洋風ピラフ <small>ベーコン、エビ、人参、玉ねぎ、パセリ</small> ほうれん草のコーン和え <small>ほうれん草、コーン</small> ポテトスープ <small>じゃが芋、玉ねぎ、シメジ、パセリ</small> 菓子 牛乳						
27	28	29	30	夏越の祓							
牛飯 <small>牛肉、人参、ごぼう、キヌサヤ</small> キャベツのじゃこ和え <small>キャベツ、人参、じゃこ</small> じゃが芋のみそ汁 <small>じゃがいも、玉ねぎ、シメジ</small> コーンチーズ蒸しパン 牛乳	マーボー豆腐 <small>豆腐、合いびき肉、玉ねぎ、ねぎ</small> 中華和え <small>キャベツ、わかめ、コーン、ハム</small> ワンタンスープ <small>ワンタン皮、玉ねぎ、ニラ</small> 果物 フルーツポンチ	魚の梅マヨ焼き <small>バトウ、梅干し、マヨネーズ、付)トマト</small> 昆布と野菜の含め煮 <small>昆布、じゃが芋、人参、いんげん</small> 春雨スープ <small>春雨、玉ねぎ、人参、わかめ</small> 菓子 牛乳	とり天 <small>鶏肉、小麦粉、付)スティックきゅうり</small> ミルクおから <small>おから、合いびき肉、玉ねぎ、人参</small> なすのみそ汁 <small>なす、玉ねぎ、油揚げ、ねぎ</small> 果物 水無月 	<div style="border: 2px solid green; padding: 10px;"> <h2 style="text-align: center;">ホットケーキ屋さん</h2> <p style="text-align: center;">ホットプレートをだして みんなで焼いて、トッピング して食べたいと思います。 やりた〜いの声聞こえてきそう です!(^^)!</p>  </div>							

※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。