

令和6年 6月献立表

山の手保育園

		3歳未満児		全 員 共 通					
日	曜	はし スプーン	午前のおやつ 主食	主菜献立名	主菜材料名	副菜献立名	副菜材料名	おやつ	おやつ材料名
1	土		チーズ 麦茶	コーンシチュー	鶏肉 クリームコーン缶 コーン缶 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 グリーンピース バター シチュールー スキムミルク	ブロッコリーの じゃこサラダ	ブロッコリー ちりめん 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 油	キウイ	菓子 牛乳
3	月		バナナ 麦茶	鱈の照り焼き	鱈 生姜 砂糖 醤油 みりん 酒	昆布煮	刻み昆布 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 煮干だし	ミニトマト	さつま芋ホットケーキ 牛乳
4	火		ヨーグルト 麦茶	豚肉のチャプチェ	豚肉 春雨 玉葱 人参 筍 干し椎茸 ニラ ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 塩こしょう	三色ナムル	小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 ごま油	オレンジ	ミルクラスク 牛乳
5	水		キウイ 牛乳	豆乳入り味噌汁	鶏肉 豆乳 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 こんにやく 豆腐 油揚げ 葱 味噌 スキムミルク 煮干だし	めかぶ納豆	納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま	バナナ	鮭とわかめのおにぎり 麦茶
6	木		オレンジ 麦茶	チーズオムレツ	卵 ベーコン チーズ 玉葱 人参 しめじ ピーマン 油 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	ひじきと厚揚げのソテー ふりかけ	ひじき 厚揚げ 玉葱 人参 グリンピース 油 砂糖 醤油 いりこ かつお節 青のり ごま 塩	ミニトマト	やせうま 牛乳
7	金		バナナ 麦茶	南瓜のそぼろ煮	鶏ミンチ 南瓜 玉葱 人参 干し椎茸 糸こんにやく 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 煮干だし	☆キャベツの さっぱり和え	キャベツ 切干大根 胡瓜 人参 大葉 ツナ缶 砂糖 醤油 レモン汁	キウイ	お麩スナック 牛乳
8	土		ちりめん 麦茶	五目ビーフン	豚肉 玉葱 人参 干し椎茸 キャベツ ピーマン ビーフン麺 ごま油 ソース 塩こしょう	わかめスープ	わかめ 玉葱 人参 豆腐 鶏がらスープの素 醤油 煮干だし	チーズ	菓子 牛乳
10	月		オレンジ 麦茶	魚の味噌マヨバーグ	エソミンチ 生姜 玉葱 人参 干し椎茸 葱 豆腐 片栗粉 味噌 マヨネーズ 砂糖 スキムミルク	☆根菜きんぴら	ごぼう れんこん 人参 糸こんにやく ピーマン ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	ミニトマト	パン粉クッキー 牛乳
11	火		ヨーグルト 麦茶	ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 グリーンピース 油 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	おほかひじきキャベツ	ひじき キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 かつお節	バナナ	カルシウムラスク 牛乳
12	水		キウイ 牛乳	豆腐チャンプルー	豚肉 豆腐 卵 玉葱 人参 エリンギ もやし ニラ ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 塩こしょう	☆バンバンジー風 サラダ	切干大根 胡瓜 トマト ツナ缶 マヨネーズ 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま	オレンジ	五平もち 麦茶
13	木		バナナ 麦茶	☆タンドリーチキン	鶏肉 塩こしょう 生姜 ニンニク プレーンヨーグルト カレー粉 コンソメ	カラフルソテー ふりかけ	ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 人参 厚揚げ ちりめん ごま油 砂糖 醤油 いりこ かつお節 青のり ごま 塩	ミニトマト	抹茶ミルク蒸しパン 牛乳
14	金		チーズ 麦茶	肉じゃが	牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにやく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 煮干だし	小松菜のごま和え	小松菜 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 ごま	キウイ	☆いりこ大豆 牛乳
15	土		オレンジ 麦茶	海鮮ちゃんぽん	豚肉 いか えび 玉葱 人参 もやし キャベツ 葱 中華麺 鶏がらスープの素 醤油 みりん 煮干だし	黒ごま南瓜	南瓜 砂糖 醤油 黒ごま	バナナ	菓子 牛乳
17	月		ちりめん 麦茶	ツナオムレツ	卵 ツナ缶 玉葱 人参 切干大根 しめじ ピーマン 油 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	ニラ納豆	納豆 ニラ 人参 もやし 砂糖 醤油 かつお節 ごま	ミニトマト	ふんわりきなこ 牛乳
18	火		ヨーグルト 麦茶	高野豆腐の五目煮	鶏肉 高野豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 煮干だし	野菜の昆布締め	キャベツ 胡瓜 人参 塩昆布 醤油	オレンジ	芋ようかん 牛乳
19	水		キウイ 牛乳	豚肉と茄子の 味噌炒め	豚肉 茄子 玉葱 人参 厚揚げ ピーマン 油 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒	☆ちくわの酢の物	ちくわ わかめ 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	おほかチーズおにぎり 麦茶
20	木		オレンジ 麦茶	☆ごぼう入りつくね	鶏ミンチ ごぼう 玉葱 人参 葱 豆腐 片栗粉 塩こしょう スキムミルク 砂糖 醤油 みりん 酒	☆ちりめんの甘酢和え	ちりめん キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 酢 ごま	ミニトマト	コーントースト 牛乳
21	金		バナナ 麦茶	ビーンズカレー	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 ピーマン 油 カレールー スキムミルク	シーザーサラダ	レタス 胡瓜 人参 ベーコン マヨネーズ 酢 塩こしょう 粉チーズ	キウイ	でんでんクッキー 牛乳
22	土		ちりめん 麦茶	ミートスパゲティ	合挽ミンチ 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 ピーマン スパゲティ麺 油 ケチャップ ソース 砂糖	きのこ豆腐のスープ	えのき しめじ 生椎茸 豆腐 玉葱 人参 コンソメ 醤油 パセリ	チーズ	菓子 牛乳
24	月		キウイ 牛乳	☆鱈の南蛮漬け	鱈 塩こしょう 片栗粉 小麦粉 油 玉葱 胡瓜 赤パプリカ 砂糖 醤油 酢	小松菜のお浸し	小松菜 人参 えのき 砂糖 醤油 かつお節	ミニトマト	みかんゼリー 麦茶
25	火		ヨーグルト 麦茶	お麩入り親子丼	鶏肉 卵 麩 玉葱 人参 しめじ かまぼこ 葱 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干だし	じゃこわかめ	わかめ ちりめん 玉葱 人参 葱 ごま油 砂糖 醤油	オレンジ	☆野菜スティック 牛乳
26	水		バナナ 麦茶	八宝菜	豚肉 玉葱 人参 筍 干し椎茸 厚揚げ キャベツ ピーマン ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉	春雨の酢の物 ふりかけ	春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま いりこ かつお節 青のり ごま 塩	キウイ	きなこサンド 牛乳
27	木		オレンジ 麦茶	骨太卵焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 切干大根 しめじ ピーマン 油 砂糖 醤油 塩こしょう スキムミルク 粉チーズ	レバー煮	鶏レバー 生姜 人参 糸こんにやく ニラ ごま油 砂糖 醤油	ミニトマト	ココアレーズン蒸しパン 牛乳
28	金		キウイ 牛乳	茄子入り麻婆豆腐	豚ミンチ 茄子 豆腐 生姜 ニンニク 玉葱 人参 筍 干し椎茸 葱 ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉	ひじきナムル	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	バナナ	☆海おにぎり 麦茶
29	土		チーズ 麦茶	わかめうどん	鶏肉 わかめ 玉葱 人参 しめじ 葱 うどん麺 鶏がらスープの素 醤油 みりん 煮干だし	オクラと えのきのおか和え	オクラ えのき 人参 砂糖 醤油 かつお節	オレンジ	菓子 牛乳

☆は、かみかみメニューです

※材料などの都合で変更することがあります