

平成28年



6月幼児食予定献立表



西原白百合保育園

日曜日	朝のおやつ	昼食	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)	
1	水	チョコウエハース 焼きそば 和え物 果物 豆腐のみそ汁	しそ昆布おにぎり 牛乳	豚肉 ちくわ 牛乳 しそ昆布 木綿豆腐	中華麺 白米	玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ 胡瓜 小松菜 えのき 果物	
2	木	親子丼 ブロッコリーサラダ 果物 ゆし豆腐	アメリカンドック 牛乳	鶏肉 ゆし豆腐 ウインナー 卵 牛乳	白米	玉ねぎ 人参 ピーマン 胡瓜 ブロッコリー ねぎ 果物	
3	金	ご飯 鮭のオーロラソース焼き 果物 ひじき炒め なめこ汁	チョコチップ ケーキ 牛乳	鮭 ひじき 豚肉 絹豆腐 牛乳	白米 こんにやく	トマト 人参 にはら なめこ ねぎ 果物	
4	土	炊き込みチャーハン マカロニサラダ 果物 中華スープ	ビスコ レーズン 牛乳	ベーコン 卵 牛乳	白米 マカロニ ビスコ	玉ねぎ コーン 胡瓜 グリーンピース 果物 しめじ 白菜 にはら	
6	月	シンデレラカレー コールスローサラダ ヨーグルトあえ コンソメスープ	甘納豆蒸しパン 牛乳	豚ミンチ 豚レバー 卵 甘納豆 牛乳	白米 じゃが芋	人参 玉ねぎ 南瓜 キャベツ 胡瓜 パセリ グリーンピース 果物	
7	火	麦ご飯 サバの竜田揚げ 果物 冬瓜の煮物 キャベツのみそ汁	ジャムパン 牛乳	サバ 卵 ちくわ 油揚げ 牛乳	白米 押し麦 パン	トマト 冬瓜 人参 グリーンピース ねぎ 果物 キャベツ 小松菜	
8	水	大根ひじきミートスパゲティ 果物 フレンチサラダ 卵スープ	鮭おにぎり 牛乳	合挽き 卵 鮭 牛乳	スパゲティ 白米	玉ねぎ 大根 コーン トマトホール レタス GP 水菜 貝割れ 果物	
9	木	あわご飯 魚のムニエル 果物 クービーリチー 冬瓜のみそ汁	南瓜 サーター アンダギー 牛乳	メカジキ 豚肉 卵 わかめ 牛乳 昆布	白米 あわ こんにやく	人参 冬瓜 ねぎ 果物 コーン にはら 南瓜	
10	金	ゆかりご飯 鶏手羽の煮つけ ゼリー 胡瓜の浅漬 アーサ汁	ちんすこう りんご 牛乳	鶏肉 絹豆腐 アーサ 卵 牛乳	白米 ちんすこう	胡瓜 人参 ねぎ 小松菜 果物	
11	土	ふりかけご飯 豆腐チャンプルー 果物 胡瓜の和え物 かき玉汁	コーンフレーク 牛乳	豚肉 厚揚げ ツナ缶 卵 牛乳	白米 コーンフレーク	キャベツ 玉ねぎ にはら 人参 胡瓜 青しそ 小松菜 果物	
13	月	もずく丼ぶり 冷奴 果物 キャベツのみそ汁	大学芋 牛乳	もずく 豚ミンチ 絹豆腐 牛乳	白米 さつま芋	玉ねぎ 人参 ピーマン えのき コーン ねぎ 果物 トマト 青しそ キャベツ	
14	火	ご飯 ゴーヤーチャンプルー 果物 ちくわの磯部揚げ ソーメン汁	ちんびん 牛乳	木綿豆腐 豚肉 卵 ちくわ 牛乳	白米 さつま芋 ソーメン	ゴーヤー 玉ねぎ 人参 冬瓜 ねぎ 果物 コーン	
15	水	ふりかけご飯 サバのハーブ焼き 果物 もずく酢 鶏汁	ハムチーズサンド 牛乳	サバ もずく 鶏肉 ハム チーズ 牛乳	白米 こんにやく パン	コーン 胡瓜 果物 人参 大根 小松菜	
16	木	豚肉の生姜焼き 和え物 果物 白菜のみそ汁	ポテトフライ 牛乳	豚肉 ちくわ 牛乳	白米 ポテトフライ	玉ねぎ 人参 胡瓜 ピーマン 白菜 にはら 果物	
17	金	ご飯 魚の西京焼き 果物 南瓜の煮物 ワカメのみそ汁	マシュマロおこし 牛乳	白身魚 豚肉 卵 わかめ 牛乳	白米 しらたき オートミール マシュマロ コーンフレーク	大根 トマト 玉ねぎ 人参 グリーンピース 果物 ねぎ 南瓜	
18	土	ご飯 肉じゃが 果物 和え物 ゆし豆腐	せんべい チーズ 牛乳	豚肉 ツナ缶 ゆし豆腐 チーズ 牛乳	白米 じゃが芋 しらたき せんべい	玉ねぎ 人参 コーン グリーンピース 胡瓜 ねぎ 果物	
20	月	コーンごはん ポテトミート焼き 果物 野菜サラダ 豆腐のすまし汁	くずもち 牛乳	合挽き 絹豆腐 チーズ 牛乳 ハム	白米 じゃが芋 芋くず	玉ねぎ セロリ 人参 胡瓜 えのき コーン ねぎ 果物 レタス	
21	火	ご飯 秋刀魚のしそ天ぷら 果物 はちみつレモンあえ みそ汁	お好み焼き 牛乳	秋刀魚 卵 油揚げ 枝豆 牛乳 ウインナー	白米	大根 胡瓜 水菜 冬瓜 ブロッコリー ねぎ キャベツ 果物 玉ねぎ	
22	水	三枚肉そば 胡瓜のごまみそあえ 金時豆の甘煮 果物	ジュシー おにぎり いりこ	三枚肉 かまぼこ カニ棒 金時豆 ひじき ツナ缶 いりこ	白米 沖縄そば	ねぎ 胡瓜 人参 果物 にはら	
24	金	ご飯 豚カツ 果物 白和え ワカメと大根のみそ汁	さつま芋の ウムニー 牛乳	豚肉 ツナ缶 木綿豆腐 チーズ ワカメ 牛乳	白米 こんにやく さつま芋	南瓜 小松菜 人参 大根 ねぎ 果物	
25	土	親子遠足					
27	月	フーチパージュシー 果物 ゆし豆腐 きびなごのから揚げ キャベツの和え物	プリン クラッカー	ツナ缶 ひじき ハム きびなご ゆし豆腐 プリン	白米 こんにやく クラッカー	人参 フーチパー 胡瓜 ねぎ 果物 キャベツ コーン トマト	
28	火	タコライス 南瓜サラダ 果物 ポタージュスープ	アガラサー 牛乳	合挽き チーズ 卵 牛乳	白米	玉ねぎ 人参 トマト ピーマン 南瓜 ねぎ 果物 コーン パセリ	
29	水	ご飯 ハンバーグ 果物 ナムル 白菜のみそ汁	白玉ぜんざい お茶	合挽き ツナ缶 油揚げ 金時豆	白米 押し麦 白玉粉	人参 ピーマン 果物 玉ねぎ もやし 白菜 ほうれん草 ねぎ	
30	木	お弁当会 & お誕生会					

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。

※ 6月23日は慰霊の日でお休みです。

