

2017年(平成29年)

6月 献立表

<栄養士>木下つぐみ・荻野杏子

	献立名	材 料 名			間 食
		血や肉となるもの	力や体温となるもの	体の調子をよくするもの	
1日 15日 (木)	ごはん 肉じゃが 土佐和え	牛肉 かつお節	胚芽米・麦 じゃがいも・油・砂糖	玉葱・人参・生椎茸 もやし・人参・ほうれん草	✓牛乳 ビスケット
					■牛乳 ストロベリーケーキ
2日 16日 (金)	ごはん(味付のり) 豆腐ハンバーグ 酢みそ和え すまし汁	味付のり 豚ミンチ・豆腐・卵・ひじき みそ・しらす干	胚芽米・麦 油・ごま 麩	人参・白葱 キャベツ・人参 えのき・青葱	✓牛乳 ラムネ
					■カルピス かきあげせんべい
3日 17日 (土)	チキンライス オニオンスープ	鶏ミンチ	胚芽米・油	人参・玉葱・コーン えのき・玉葱・ほうれん草	✓ジュース せんべい
5日 19日 (月)	ハヤシライス コーンわかめサラダ ミニトマト	牛肉 わかめ・牛乳	胚芽米・麦・ハヤシルウ 油・じゃがいも マヨネーズ	玉葱・人参 キャベツ・コーン ミニトマト	✓牛乳 クラッカー
					■ココアミルク ペーコンチーズマフィン
6日 (火)	ごはん 竹輪の磯部揚げ ごま風味漬け みそ汁	竹輪・卵・青のり 豆腐・みそ	胚芽米・麦 小麦粉・油 じゃがいも・ごま油	人参・ピーマン えのき・青葱	✓ジュース せんべい
					■牛乳 メロン
7日 21日 (水)	にゅうめん 揚げ芋 そら豆甘煮	鶏肉・油揚・わかめ	そうめん さつまいも・油	人参・生椎茸・青葱 そら豆	✓牛乳 ビスケット
					■ジュース ウエハース・ゼリー
8日 22日 (木)	パン 鮭のムニエル 茹野菜 コンソメスープ	鮭 牛乳 ペーコン	食パン バター・小麦粉 マヨネーズ	キャベツ・人参・胡瓜 玉葱・人参・ほうれん草	✓牛乳 せんべい
					■牛乳 ピーチケーキ
9日 23日 (金)	ごはん(ふりかけ) 麻婆豆腐 ナムル	ひじき 豆腐・豚ミンチ・みそ 桜えび	胚芽米・麦 油・片栗粉 ごま油	白葱・土生姜・ニンニク 青葱 胡瓜・人参・もやし	✓牛乳 ラムネ
					■カルピス 野菜バー
10日 24日 (土)	鮭ちりめんごはん グリルウインナー みそ汁	鮭・しらす干し ウインナー 油揚・みそ	胚芽米・麦 じゃがいも	玉葱・人参・青葱	✓ジュース せんべい

※朝のおやつは3才児未満のみです。都合により変更する場合があります。

