

6月 給食献立表

平成30年

| 日 | 曜 | 主食 | 献立名 | 午後のおやつ | 赤色の食品 | 黄色の食品 | 緑色の食品 | |
|----|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|----------|------------|-------------|-------------------|--|
| | | | | | 骨・筋肉・血をつくる | 力と体温のもと | 身体の調子を整える | |
| 1 | 金 | ごはん | 大根と油揚げの味噌汁・鶏肉のごま照り焼き・ゆかり和え | じゃがいももち | 鶏肉・油揚げ | ごま | 大根・キャベツ・人参・もやし | |
| 2 | 土 | 野菜そうめん | 野菜そうめん・ジャーマンポテト・チーズ | お菓子・せんべい | 鶏肉・ウィンナー | じゃがいも・そうめん | 人参・さやいんげん・椎茸 | |
| 4 | 月 | ごはん | 豆腐とえのきの味噌汁・鱈のカレーマリネ・土佐和え | フルーツゼリー | 鱈・豆腐 | 油 | えのき・玉ねぎ・人参・キャベツ | |
| 5 | 火 | ★フルーツロール | コンソメスープ・鶏肉のマスタード焼き・ごまサラダ | グラタン | 鶏肉 | ごま | 人参・もやし・きゅうり・セロリ | |
| 6 | 水 | ごはん | かき玉汁・ミートローフ・野菜のツナ和え | ホットケーキ | 豚肉・卵・ツナ | 油 | えのき・ねぎ・人参・大根 | |
| 7 | 木 | 混ぜごはん | 豚汁・具だくさんひじき煮 | フルーチェ | 豚肉・豆腐 | ごま油・じゃがいも | 大根・人参・さやいんげん・ねぎ | |
| 8 | 金 | 根菜カレー | 根菜カレー・中華和え・フルーツヨーグルト | 春巻き | 鶏肉 | じゃがいも・ヨーグルト | もやし・人参・セロリ・玉ねぎ | |
| 9 | 土 | スープスパゲティ | スープスパゲティ・豚肉と野菜の中華炒め・チーズ | お菓子・せんべい | 豚肉・ベーコン | スパゲティ・油 | 人参・しめじ・キャベツ・椎茸 | |
| 11 | 月 | ごはん | 豆腐とわかめの味噌汁・鮭のマヨネーズ焼き・和風サラダ | フライドポテト | 豆腐・鮭・ちくわ | マヨネーズ | わかめ・玉ねぎ・人参・キャベツ | |
| 12 | 火 | ジャムパン | コーンスープ・えのきバーグ・フレンチサラダ | 洋風いそべ焼き | 豚肉・ハム | ドレッシング | 玉ねぎ・えのき・キャベツ・きゅうり | |
| 13 | 水 | 炊き込みごはん | けんちん汁・すき昆布煮 | ゼリー・せんべい | ツナ・豚肉・豆腐 | 油 | 大根・玉ねぎ・人参・さやいんげん | |
| 14 | 木 | ごはん | えのきと麩の味噌汁・厚焼き卵・切り干し大根の納豆和え | バナナマフィン | 鶏肉・納豆 | 油 | えのき・人参・さやいんげん | |
| 15 | 金 | 麻婆丼 | わかめスープ・麻婆豆腐・ナムル | ラスク | 豚肉・豆腐 | ごま油 | もやし・人参・きゅうり・ねぎ | |
| 16 | 土 |  保育参観  | | | | | | |
| 18 | 月 | ごはん | キャベツと油揚げの味噌汁・ツナ入り卵焼き・野菜の磯和え | 豆腐ドーナツ | ツナ・卵・油揚げ | 油 | キャベツ・人参・玉ねぎ・白菜 | |
| 19 | 火 | ミートスパゲティ | ミートソーススパゲティ・ジュリエヌスープ・野菜のカレーマヨ添え | 焼きおにぎり | 豚肉 | マヨネーズ | 玉ねぎ・椎茸・ブロッコリー・人参 | |
| 20 | 水 | ごはん | 豆腐と花麩の澄まし汁・鯖の味噌煮・お浸し | きな粉プリン | 豆腐・鯖 | 油 | 白菜・人参・もやし・ほうれん草 | |
| 21 | 木 | ごはん | 里芋としめじの味噌汁・筑前煮・大根サラダ | お菓子・せんべい | 鶏肉 | ドレッシング | しめじ・れんこん・人参・椎茸 | |
| 22 | 金 | ポークカレー | ポークカレー・春雨サラダ・フルーツヨーグルト | ジャムパン | 豚肉 | じゃがいも・ヨーグルト | きゅうり・人参・もやし・セロリ | |
| 23 | 土 | なめこうどん | なめこうどん・鶏ささ身サラダ・チーズ | ゼリー・せんべい | 鶏ささみ | ドレッシング | キャベツ・ねぎ・人参 | |
| 25 | 月 | ごはん | はんぺんとしめじの澄まし汁・豚肉の味噌炒め・野菜の胡麻和え | お菓子・せんべい | 豚肉・はんぺん | 油・ごま | しめじ・人参・キャベツ・ほうれん草 | |
| 26 | 火 | ロールパン | ベジタブルスープ・チリコンカン・サラスパサラダ | 五平餅風おにぎり | 豚肉・ハム | マヨネーズ | 人参・玉ねぎ・きゅうり | |
| 27 | 水 | ごはん | じゃがいもとほうれん草の味噌汁・鶏肉の卵とし・なめたけ和え | ココアプリン | 鶏肉 | じゃがいも | ほうれん草・人参・玉ねぎ・えのき | |
| 28 | 木 | ごはん | 豆腐となめこの味噌汁・鶏肉の乳麩焼き・わかめとコーンのサラダ | 誕生日おやつ | 豆腐・鶏肉 | 油 | 大根・コーン・人参・なめこ | |
| 29 | 金 | ごはん | 若竹汁・肉じゃが・野菜のしらす和え | 揚げ餃子 | 豚肉・しらす | じゃがいも | 人参・玉ねぎ・大根・ほうれん草 | |
| 30 | 土 | 五目うどん | 五目うどん・チーズポテト焼き | お菓子・せんべい | 鶏肉・ウィンナー | チーズ・じゃがいも | さやいんげん・白菜・人参 | |

※ 毎日デザートがつきます。
給食内容を変更する場合があります。
どうぞご了承ください。

★ばら、ひまわり、さくら組はクッキングです



