

# 2022年度 6月 給食献立表

菊名愛児園  
園長 安達直樹

	献立名				食材		
	乳児おやつ	主食	副食 ( ):乳児のみ	午後おやつ	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1 水	牛乳 ウエハース	御飯	みそ汁 豚肉のもち米蒸し 五目野菜のみそ煮 果物	牛乳 ちんすこう	里芋 小麦粉 ごま油 油 ラード もち米 米	豚肉 おから みそ 牛乳	なす 玉葱 人参 きくらげ ごぼう しめじ れんこん
2 木	牛乳 さつま芋	御飯	豚汁 豆腐のふわとろボール いんげんのごま炒め (果物)	牛乳 ポテトのキャベツ焼き	米 油 長芋 ごま じゃが芋	豚肉 干しえび 豆腐 牛乳 みそ ベーコン	大根 ごぼう 葱 キャベツ いんげん
3 金	麦茶 チーズ	五目 御飯	みそ汁 鮭のみぞれ煮 アスパラのごま和え 果物	牛乳 ゼリー せんべい	米 こんにやく ごま 油	鶏肉 鮭 竹輪 牛乳 油揚げ 豆腐 みそ	人参 しめじ ちんゲンサイ 大根 えのき
4 土	牛乳		サンドウィッチ ミネストローネ 果物	牛乳 ドーナツ	食パン マーガリン マカロニ じゃが芋 マヨネーズ	ツナ 卵 ハム	キャベツ 玉葱 人参 トマト セロリ
6 月	牛乳 せんべい		ちゃんぽんラーメン ささみの中華サラダ 果物	麦茶 根菜おにぎり	米 中華麺 ごま ごま油	豚肉 ベーコン ささみ チーズ	キャベツ 玉葱 人参 もやし きゅうり トマト れんこん 大根
7 火	牛乳 じゃが芋	御飯	チキンスープ たらけチャップあんかけ しらたきサラダ (果物)	牛乳 シナモンロール	米 じゃが芋 ごま油 油 しらたき マーガリン 小麦粉	たまご 鶏肉 カレイ 牛乳 ハム	キャベツ コーン ピーマン しめじ 玉葱 人参 ピーマン
8 水	牛乳 ウエハース	御飯	みそ汁 肉豆腐 ほうれん草のナムル 果物	牛乳 人参ポテトケーキ	米 さつま芋 ごま 油 小麦粉 ごま油 じゃが芋	豚肉 豆腐 牛乳 みそ ウインナー	切干大根 玉葱 葱 人参 えのき もやし ほうれん草
9 木	牛乳 さつま芋	御飯	五目みそ汁 れんこん入りハンバーグ ひじきとキャベツのサラダ (果物)	麦茶 ドーナツ ヨーグルト	米 里芋 パン粉 マヨネーズ 油	油揚げ みそ 豚肉 牛肉 たまご ベーコン	大根 人参 ごぼう コーン れんこん 玉葱 キャベツ
10 金	麦茶 チーズ	御飯	わかめスープ 八宝菜 切干大根のサラダ 果物	牛乳 蒸しまんじゅう	米 小麦粉 上新粉 ごま油 マヨネーズ	うずらたまご 竹輪 牛乳 豚肉	白菜 葱 筍 人参 しめじ 切干大根 玉葱 きゅうり
11 土	牛乳		チャーハン ポトフ 果物	牛乳 ゼリー	米 じゃが芋 ごま油	ツナ	玉葱 人参 キャベツ
13 月	牛乳 せんべい	御飯	みそ汁 鶏の海苔焼き 納豆ハリハリサラダ 果物	牛乳 玄米フレーククッキー	米 小麦粉 ごま マーガリン 油	鶏肉 納豆 牛乳 みそ	小松菜 えのき 葱 人参 ほうれん草 切干大根
14 火	牛乳 じゃが芋		焼きそば かきたま汁 大根のそぼろ煮 果物	麦茶 鮭おにぎり	中華麺 米 油 ごま	たまご 鶏肉 豚肉 鮭	もやし キャベツ 人参 玉葱 葱 大根
15 水	牛乳 ウエハース		カレーライス オニオンスープ マカロニサラダ 果物	牛乳 紫陽花ゼリー	米 小麦粉 マーガリン 油 マカロニ マヨネーズ じゃが芋	豚肉 牛乳 ハム	人参 玉葱 きゅうり キャベツ
16 木	牛乳 さつま芋	御飯	みそ汁 さばの竜田揚げ コールスローサラダ (果物)	牛乳 アップルパイ	米 油 パイシート	さば みそ 牛乳	大根 かぼちゃ 人参 アスパラ キャベツ
17 金	麦茶 チーズ	御飯	みそ汁 鶏つくね 春雨の酢の物 (果物)	麦茶 せんべい ヨーグルト	米 ごま油 春雨	豆腐 鶏肉 みそ	ちんゲンサイ えのき 人参 ごぼう 葱 きゅうり コーン
18 土	牛乳		サンドウィッチ マカロニスープ 果物	牛乳 ポップコーン	食パン マカロニ マヨネーズ	ツナ チーズ ハム	キャベツ 玉葱 人参
20 月	牛乳 せんべい		三色丼 納豆汁 切干大根の煮物 果物	牛乳 お麩ラスク	米 麩 マーガリン 油	鶏肉 たまご 豆腐 みそ 牛乳 油揚げ	ほうれん草 なめこ 葱 切干大根 人参
21 火	牛乳 じゃが芋		ミートソース クラムチャウダー 小松菜とコーンの和え物 果物	麦茶 納豆焼き	スパゲティ 小麦粉 ごま 油 ごま油 じゃが芋	しらす 納豆 豚肉 竹輪 牛肉 あさり 牛乳	玉葱 人参 小松菜 キャベツ マッシュルーム
22 水	牛乳 ウエハース	パン	もずくスープ ハンバーグ キャベツのツナマヨ和え ヨーグルト	牛乳 パウンドケーキ	クワッサン 小麦粉 マヨネーズ マーガリン	ホイップクリーム たまご ツナ 豚肉 牛肉 豆腐 牛乳	玉葱 しめじ 人参 小葱 もずく キャベツ きゅうり
23 木	牛乳 さつま芋		みそ汁 野菜炒め さばの中華風サラダ (果物)	牛乳 芋もち	米 春雨 油 ハム じゃが芋 ごま油	油揚げ みそ 豚肉 牛乳	小松菜 玉葱 人参 ピーマン きゅうり もやし
24 金	麦茶 チーズ	枝豆 御飯	みそ汁 千草焼き 南瓜のそぼろあんかけ (果物)	麦茶 牛乳寒のあんみつ	米	枝豆 鶏肉 しらす みそ たまご かにかま 牛乳	キャベツ えのき 人参 しめじ 南瓜
25 土	牛乳		そうめん コロッケ 果物	牛乳 ドーナツ	そうめん じゃが芋	たまご ハム チーズ ツナ	玉葱 人参
27 月	牛乳 せんべい	御飯	けんちん汁 油淋鶏風 ほうれん草とチーズの納豆和え 果物	牛乳 芋かんてん	米 油 こんにやく さつま芋 ごま油	鶏肉 油揚げ 納豆 チーズ 牛乳 豆腐	大根 人参 ごぼう 葱 ほうれん草
28 火	牛乳 じゃが芋	御飯	すまし汁 なすと挽肉のみそ炒め スパゲティサラダ (果物)	牛乳 カップケーキ	米 小麦粉 油 マーガリン マカロニ	豆腐 鶏肉 みそ ハム 牛乳 卵 油揚げ アーモンドパウダー	もやし なす きゅうり キャベツ 人参 ピーマン
29 水	牛乳 ウエハース	御飯	みそ汁 カレイのトマト煮 いんげんとささみのごま和え 果物	牛乳 黒糖わらびもち	米 油 ごま	カレイ 鶏肉 牛乳 きな粉 みそ	玉葱 大根 人参 いんげん
30 木	牛乳 さつま芋		わかめうどん きくらげときゅうりのナムル 果物	麦茶 五平餅	うどん 米 ごま ごま油 もち米	みそ かまぼこ	ほうれん草 きゅうり 人参 キャベツ

◎出汁汁はかつおと煮干しからとっています

作成 栄養士 佐藤