



# 6月のよていこんだて

2019年度



日曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			強い力が出る食べ物	丈夫な体を作る食べ物	病気から守る食べ物	その他
1 15 29 土	昼食	鶏井 みそ汁	米、麩、油、砂糖、片栗粉	鶏肉 みそ	玉ねぎ、パプリカ 玉ねぎ、人参、小松菜	だしパック、しょうゆ、みりん、酒 だしパック
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
3 17 月	昼食	ごはん 肉豆腐 そうめん汁	米 油、砂糖 そうめん	豚肉、豆腐、かつお節	玉ねぎ、ごぼう、きぬさや 玉ねぎ、人参、オクラ、昆布	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	ビスケット くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	ビスケット
4 18 火	昼食	パン 魚のクリーム煮 ひじきのビタミンサラダ ミネストローネ	食パン、ジャム マーガリン、小麦粉 砂糖、油 じゃがいも、油、砂糖	魚、牛乳、スキムミルク 水煮大豆 ポークピッツ	玉ねぎ、しめじ ひじき、人参、ほうれん草、パプリカ 玉ねぎ、人参、トマト缶	コンソメ、塩こしょう だしパック、しょうゆ、みりん コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	チヂミ 牛乳	小麦粉、片栗粉、砂糖、ごま油	ちりめんじゃこ 牛乳	ニラ、人参、玉ねぎ	しょうゆ、酢
5 19 水	昼食	ごはん ミートボール 青菜のポン酢和え 卵のみそ汁	米 油、片栗粉 砂糖	合い挽きミンチ、鶏レバー 卵、みそ	玉ねぎ、しょうが ほうれん草、小松菜、人参 玉ねぎ、人参、ねぎ	塩こしょう、ケチャップ ポン酢 煮干し、だしパック
	午後おやつ	りんごゼリー するめ 牛乳	砂糖	するめ 牛乳	りんご、りんごジュース	ゼラチン
6 20 木	昼食	ごはん 魚のかば焼き もやしの酢の物 なすのみそ汁	米 てんぷら粉、油、砂糖 ごま、砂糖	魚 ちくわ 油揚げ、みそ	しょうが もやし、きゅうり、わかめ なす、玉ねぎ、人参	しょうゆ、みりん、酒 酢、塩 煮干し、だしパック
	午後おやつ	冷やしゼンざい 牛乳	白玉粉、砂糖、さつまいも	小豆、豆腐 牛乳		塩
7 21 金	昼食	チキンカレー フレンチサラダ	米、じゃがいも、油、マーガリン 油、砂糖	鶏肉	玉ねぎ、人参、小松菜 キャベツ、ブロッコリー、人参、コーン缶	カレールウ、ウスターソース 酢、塩こしょう
	午後おやつ	きなこちんすこう 牛乳	小麦粉、砂糖、油	きなこ 牛乳		
8 22 土	昼食	焼きそば みそ汁 くだもの	中華めん、油	豚肉 豆腐、みそ	キャベツ、もやし、ピーマン、人参 玉ねぎ、人参 くだもの	ソース、塩こしょう だしパック
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
10 24 月	昼食	梅じゃこごはん 豚肉のしょうが焼き もずくのみそ汁	米 油 麩	ちりめんじゃこ 豚肉 みそ	梅干し、枝豆 玉ねぎ、人参、小松菜、パプリカ、しょうが 玉ねぎ、もずく、人参	塩 しょうゆ、みりん、酒 煮干し、だしパック
	午後おやつ	せんべい くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	せんべい
11 25 火	昼食	パン スパニッシュオムレツ コールスローサラダ もやしスープ	食パン、ジャム じゃがいも、油、砂糖 マヨネーズ、砂糖 油	合い挽きミンチ、卵、チーズ	玉ねぎ、人参、ピーマン キャベツ、きゅうり、人参、コーン缶 もやし、玉ねぎ、パセリ	コンソメ、塩こしょう 酢、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	ツナと塩昆布のおにぎり	米	ツナ缶	塩昆布	しょうゆ、みりん
12 26 水	昼食	ごはん 魚の塩焼き 厚揚げと小松菜煮 かぼちゃのみそ汁	米 砂糖	魚 厚揚げ みそ	小松菜 かぼちゃ、玉ねぎ、えのき	塩、酒 だしパック、しょうゆ、みりん、塩 煮干し、だしパック
	午後おやつ	アメリカンドック 牛乳	ホットケーキミックス、油	卵、牛乳、ウィンナー 牛乳		
13 27 木	昼食	ごはん 鶏のレモン煮 ブロッコリーのおかか和え 豆腐のみそ汁	米 砂糖、片栗粉 砂糖	鶏肉 かつお節 豆腐、みそ	レモン汁 ブロッコリー、人参 玉ねぎ、なめこ	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ 煮干し、だしパック
	午後おやつ	レーズン蒸しパン (27日 水無月、くだもの) 牛乳	小麦粉、砂糖、油	牛乳	レーズン くだもの	ベーキングパウダー 水無月
14 金	昼食	肉うどん わかめサラダ	うどん、砂糖、油 砂糖、油	豚肉	玉ねぎ、ねぎ、昆布 キャベツ、人参、わかめ、プチトマト	花かつお、しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、酢
	午後おやつ	フルーツヨーグルト	砂糖	ヨーグルト	バナナ、りんご、みかん缶	

材料は都合により変更させていただく場合がございます。

\*毎週月曜日・・・礼拝 毎週木曜日・・・体育あそび

\*6/1(土) 幼児・にじ保育参観(幼児クラスの午後の保育はありません)

\*6/15(土) 乳児参観日(乳児クラスの午後の保育はありません)

\*6/28(金) お誕生日会 メニュー: ロールパン、白身魚フライ、添え野菜、ナポリタン、オニオンスープ、くだもの (おやつ) フルーツポンチ、牛乳

