

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 水	昼食	ごはん 鶏肉の西京焼き 高野豆腐の煮物 ほうれん草のすまし汁	米 砂糖 砂糖 麩	鶏肉、白みそ 高野豆腐 昆布	人参、しいたけ、いんげん ほうれん草、玉ねぎ	酒 だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩 だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	ココアクリームトースト (15日:ミルククリームトースト)	食パン、砂糖、コーンスターチ 食パン、砂糖、コーンスターチ 牛乳	牛乳 牛乳 牛乳		ココア
2 16 30 木	昼食	ごはん 魚の煮つけ 青菜のごま和え たまごのみそ汁	米 砂糖 ごま、砂糖	魚 卵、みそ	しょうが ほうれん草、小松菜、人参 玉ねぎ、ねぎ	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	アメリカンドック (30日:水無月、ビスケット)	ホットケーキミックス、油 牛乳	ポールウイナー、卵、牛乳 牛乳		ビスケット、水無月
3 17 金	昼食	カレーライス 大豆サラダ	米、じゃがいも、小麦粉、マーガリン、油 砂糖、油	豚肉 大豆水煮	玉ねぎ、人参、小松菜、バナナ、りんご、にんにく キャベツ、ブロッコリー、人参	カレールー、ソース 酢、塩こしょう
	午後おやつ	りんごゼリー 牛乳	砂糖	牛乳	りんご、りんごジュース	ゼラチン
4 18 土	昼食	ミートスパゲッティ ポトフスープ	スパゲッティ、砂糖、油 じゃがいも、油	合挽きミンチ ポークビッツ	玉ねぎ、人参、ピーマン、トマト缶 玉ねぎ、人参、キャベツ	ケチャップ、コンソメ、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
6 20 月	昼食	梅じゃこごはん 豆腐チャンプルー もずくのみそ汁	米 砂糖、ごま油 麩	枝豆、ちりめんじゃこ 豚肉、豆腐、かつお節 もずく、みそ	梅干し キャベツ、玉ねぎ、人参、小松菜 玉ねぎ	塩 シャンタン、しょうゆ、みりん、酒、塩こしょう 煮干し、だしパック
	午後おやつ	芋けんぴ、くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	芋けんぴ
7 21 火	昼食	パン ミートボール ブロッコリーのツナサラダ 豆乳スープ	パン、ジャム 片栗粉 コーン缶、砂糖、油 じゃがいも、油	合挽きミンチ、鶏レバー ツナ缶 豆乳、牛乳	玉ねぎ、しょうが ブロッコリー、人参 玉ねぎ、人参	ケチャップ、酒、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	ひじきおにぎり 牛乳	米、砂糖	ひじき、油揚げ 牛乳	人参	だしパック、しょうゆ、みりん
8 22 水	昼食	ごはん 魚のカレー風味揚げ 和風サラダ かぼちゃのみそ汁	米 小麦粉、片栗粉、砂糖、油 砂糖、油	魚 わかめ みそ	しょうが キャベツ、人参、きゅうり かぼちゃ、玉ねぎ	カレー粉、酒、塩こしょう 酢、しょうゆ 煮干し、だしパック
	午後おやつ	わらび餅 (乳児、きなこマカロニ)	わらび餅粉、砂糖 マカロニ、砂糖	きなこ きなこ 牛乳		塩 塩
9 23 木	昼食	ごはん 鶏肉のレモン煮 もやしのナムル 豆腐のみそ汁	米 砂糖、片栗粉 砂糖、ごま、ごま油	鶏肉 豆腐、みそ	レモン汁 もやし、ほうれん草、人参 玉ねぎ、えのき	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、酢 煮干し、だしパック
	午後おやつ	ほうじ茶クッキー 牛乳	小麦粉、マーガリン、砂糖	卵 牛乳		ほうじ茶葉、ベーキングパウダー
10 金	昼食	焼きそば ワンタンスープ 金時豆煮	中華めん ワンタン、油 砂糖	豚肉、かつお節、青のり 金時豆	玉ねぎ、人参、ピーマン、キャベツ 玉ねぎ、チンゲン菜	ソース、しょうゆ、酒、塩こしょう シャンタン、塩こしょう 塩
	午後おやつ	スティックパイ くだもの 牛乳	パイシート、グラニュー糖	牛乳	くだもの	
11 25 土	昼食	マーボー丼 みそ汁	米、砂糖、ごま油 麩	豚ミンチ、豆腐、みそ、赤みそ みそ	玉ねぎ、人参、ニラ 小松菜、玉ねぎ	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
13 27 月	昼食	ごはん 鶏じゃが なすのみそ汁	米 じゃがいも、糸こんにゃく、砂糖、油	鶏肉 油揚げ、みそ	玉ねぎ、人参、いんげん なす、玉ねぎ	だしパック、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
14 28 火	昼食	パン 魚の香草焼き ひじきサラダ コンソメスープ	パン、ジャム パン粉、マーガリン 砂糖、マヨネーズ 油	魚 ひじき、ちくわ	パセリ、バジル 人参、ブロッコリー かぼちゃ、玉ねぎ、人参	酒、塩こしょう 塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	ナポリタン 牛乳	スパゲティ、コーン缶、砂糖、マーガリン、油	ベーコン 牛乳	玉ねぎ、ピーマン	ケチャップ、コンソメ、塩こしょう

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 体育あそび・・・6/9(木)、14(火)、23(木)、28(火)

*6/24(金)お誕生会 メニュー: ロールパン、白身魚のフライ、添え野菜、オニオンスープ、くだもの (おやつ) フルーツポンチ、牛乳