



6月のよていこんだて

2024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	カレーライス 大豆サラダ	米、じゃがいも、マーガリン、油 砂糖、油	豚肉 大豆水煮	玉ねぎ、人参、小松菜 キャベツ、人参、きゅうり	カレールウ、ソース、酒 酢、塩こしょう
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
3 17 月	昼食	ごはん ミートボール じゃがいものきんぴら なすのみそ汁	米 砂糖、片栗粉 じゃがいも、ごま、ごま油、砂糖	合挽きミンチ、レバー ちくわ 油揚げ、みそ	玉ねぎ、しょうが 人参、ピーマン なす、玉ねぎ	ケチャップ、塩、酒 しょうゆ、みりん、酒 だしパック、煮干し
	午後おやつ	ラスク 牛乳	フランスパン、グラニュー糖、マーガリン	牛乳		
4 18 火	昼食	ごはん 豚肉と厚揚げのみそ炒め 麩とほうれん草のすまし汁	米 砂糖、油 麩	厚揚げ、豚肉、みそ	キャベツ、玉ねぎ、人参、にら、しいたけ、にんにく 玉ねぎ、ほうれん草	しょうゆ、みりん、酒、塩こしょう だしパック、昆布、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	いもけんぴ くだもの 牛乳	いもけんぴ	牛乳	くだもの	
5 19 水	昼食	パン 魚のマヨネーズ焼き 青菜のソテー ミネストローネスープ	食パン、ジャム マヨネーズ、小麦粉 コーン缶、マーガリン、砂糖、油 マカロニ、砂糖、油	魚 ベーコン、大豆水煮	ほうれん草、小松菜、人参 玉ねぎ、人参、トマト缶	酒、塩こしょう コンソメ、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	きなこおはぎ 牛乳 (乳児:きなこおにぎり)	米、もち米、砂糖	きなこ、あずき 牛乳		塩
6 20 木	昼食	ごはん 鶏肉のレモン煮 かぼちゃとブロッコリーのチーズ焼き たまごのみそ汁	米 砂糖、片栗粉	鶏肉 チーズ 卵	レモン汁 かぼちゃ、ブロッコリー 玉ねぎ、青ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩こしょう 塩こしょう だしパック、煮干し
	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	魚肉ソーセージ、卵、牛乳 牛乳		
7 金	昼食	ハヤシライス わかめサラダ	米、じゃがいも、砂糖、油、マーガリン 砂糖、油	豚肉 わかめ、かにかま	玉ねぎ、人参、小松菜、トマト缶、にんにく、りんご、バナナ キャベツ、人参、きゅうり	ハヤシルウ、ケチャップ、酒 しょうゆ、酢、塩こしょう
	午後おやつ	ごまクッキー 牛乳	ごま、小麦粉、砂糖、マーガリン	卵 牛乳		
8 22 土	昼食	ちゃんぽんめん 中華サラダ	中華めん、油 砂糖、ごま油	鶏肉	玉ねぎ、人参、白菜、しいたけ もやし、きゅうり、人参	シャンタン、塩こしょう しょうゆ、酢
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
10 24 月	昼食	ごはん 魚の煮付け 青菜のごま和え さつまいものみそ汁	米 砂糖 ごま、砂糖 さつまいも	魚 みそ	しょうが ほうれん草、小松菜、人参 玉ねぎ、えのき	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ だしパック、煮干し
	午後おやつ	冷やしそうめん 牛乳	そうめん	ささみ、わかめ 牛乳	きゅうり	だしパック、昆布、しょうゆ、みりん、酒、塩
11 25 火	昼食	ごはん ホイコーロー 中華スープ	米 砂糖、油 油	豚肉、赤みそ 豆腐	キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、にんにく もやし、チンゲン菜	しょうゆ、みりん、酒 シャンタン、塩こしょう
	午後おやつ	黒糖バナナ蒸しパン 牛乳	小麦粉、黒糖、砂糖、油	牛乳 牛乳	バナナ	ベーキングパウダー
12 26 水	昼食	パン スパニッシュオムレツ 切干大根のサラダ キャベツのスープ	食パン、ジャム じゃがいも、油 ごま油、砂糖 油	卵、合挽きミンチ ベーコン	玉ねぎ、人参、いんげん 切干大根、人参、きゅうり キャベツ、玉ねぎ	ケチャップ、コンソメ、塩こしょう しょうゆ、酢 コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	ココアプリン 小魚おやつ 牛乳	砂糖	牛乳、生クリーム、ゼラチン 小魚 牛乳		ココア
13 27 木	昼食	ごはん 魚の南蛮漬け 豚汁	米 てんぷら粉、砂糖、油 油	魚 豚肉、みそ	玉ねぎ、人参、ピーマン 玉ねぎ、人参、ごぼう、大根	酢、しょうゆ、みりん、酒 だしパック、煮干し
	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
14 28 金	昼食	豆乳クリームスープスパゲティ ブロッコリーとコーンのサラダ	スパゲッティ、小麦粉、マーガリン、油 コーン缶、砂糖、油	鶏肉、豆乳、スキムミルク、牛乳 ツナ缶	玉ねぎ、人参、ほうれん草、しめじ ブロッコリー、人参	コンソメ、塩こしょう 酢、塩こしょう
	午後おやつ	梅じゃこおにぎり (28日幼児・空の鳥:水無月・せんべい) 牛乳	米 無月・せんべい	ちりめんじゃこ 牛乳	梅干し	塩 水無月、せんべい

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・・・4日(火)、11日(火)、20日(木)、27日(木)

*6/21(金)お誕生会 メニュー:ロールパン、白身魚フライ、添え野菜、ナポリタン、コンソメスープ (おやつ)フルーツポンチ、牛乳