

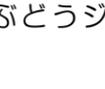


6月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき中央保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (土)	ツナごはん 根菜汁 オレンジ	米・ツナ・しそ・いりごま・醤油・砂糖・みりん 鶏肉・人参・れんこん・大根・葱・味噌 オレンジ	リッツ おやつパン
3 (月)	ごはん 豚肉と厚揚げのごま炒め 酢の物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・厚揚げ・キャベツ・椎茸・おろし生姜・すりごま・ポン酢・砂糖・塩・油 きゅうり・大根・カットわかめ・酢・砂糖・薄口 人参・じゃが芋・えのき・葱・味噌 バナナ	おせんべい ゼリー
4 (火)	ごはん 鶏肉ののり焼き 納豆和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・刻みのり・醤油・酒・みりん・砂糖 ほうれん草・人参・もやし・納豆・かつお節・醤油 さつま芋・厚揚げ・しめじ・みつば・味噌 オレンジ	リッツ 笹巻き (まきの粉・きな粉・砂糖・塩) ★乳児部・キッズは 豆腐入りきな粉だんごです。
5 (水)	ごはん ちくわの磯辺揚げ 和え物 豚汁 甘夏かん	米 ちくわ・青のり・小麦粉・揚げ油 キャベツ・切干大根・コーン・すりごま・醤油 豚肉・人参・白菜・椎茸・葱・味噌 甘夏かん	クラッカー いちご蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳・油・砂糖・いちごパウダー)
6 (木)	ごはん カレイの味噌焼き モロヘイヤの和え物 すまし汁 バナナ	米 カレイ・マヨネーズ・味噌・葱・いりごま モロヘイヤ・もやし・人参・ツナ・かつお節・醤油 鶏肉・豆腐・しめじ・大根・カットわかめ・薄口・塩 バナナ	スティックビスケット お好み揚げ (豆腐・キャベツ・小麦粉・青のり・かつお節・塩・揚げ油・お好みソース)
7 (金)	ごはん 卵焼き ひじきの煮物 味噌汁 りんご	米 卵・鶏肉・えのき・みつば・砂糖・薄口・みりん・塩 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 キャベツ・玉葱・かぼちゃ・麩・味噌 りんご	ビスケット もちもち抹茶パン (白玉粉・抹茶・砂糖・油・豆乳)
8 (土)	野菜あんかけ丼 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・青梗菜・人参・もやし・しめじ・砂糖・醤油・みりん・酒・油 厚揚げ・大根・えのき・みつば・味噌 オレンジ	おせんべい おやつパン
10 (月)	ごはん 豆腐のつくね焼き 味噌切り干し すまし汁 バナナ	米 鶏挽肉・豚挽肉・豆腐・玉葱・片栗粉・酒・みりん・醤油・塩 切干大根・人参・油揚げ・味噌・砂糖・みりん・醤油 人参・椎茸・大根・カットわかめ・薄口・塩 バナナ	ビスケット おやつコロケ (じゃが芋・豚挽肉・玉葱・コーン・小麦粉・パン粉・塩・こしょう・揚げ油)
11 (火)	春雨豚丼 ナムル 肉団子スープ 甘夏かん	米・春雨・豚肉・玉葱・人参・椎茸・たけのこ・おろし生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・ごま油 ほうれん草・もやし・醤油・砂糖・おろしにんにく・ごま油・すりごま・いりごま 肉団子・舞茸・コーン・ニラ・中華だしの素 甘夏かん	クラッカー ケロケロクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・抹茶・油・砂糖・豆乳生クリーム・ココア・粉糖)
12 (水)	ごはん 鮭のタルタル焼き サラダ スープ りんご	米 鮭・塩・こしょう・マヨネーズ・玉葱・パセリ・油 キャベツ・人参・もやし・ツナ・酢・砂糖・油・薄口 さつま芋・白菜・大根・鶏がらスープの素 りんご	おせんべい レモンラスク (食パン・レモン汁・バター・グラニュー糖)
13 (木)	鶏そぼろ寿司 鶏肉とじゃが芋の甘辛煮 和え物 味噌汁 メロン	米・鶏挽肉・油・大豆・人参・薄口・砂糖・酒・きぬさや・すし酢 鶏肉・酒・塩・こしょう・片栗粉・揚げ油・じゃが芋・醤油・砂糖・酒・みりん・いりごま きゅうり・大根・醤油・砂糖・かつお節 人参・玉葱・えのき・油揚げ・みつば・味噌 メロン	スティックビスケット アップルパイ (パイシート・りんご・グラニュー糖)
14 (金)	豆乳かぼちゃ丸パン タンドリーチキン ソテー ワンタン風スープ オレンジ	豆乳かぼちゃ丸パン 鶏肉・おろしにんにく・塩・ケチャップ・調整豆乳・みりん・カレー粉 ツナ・キャベツ・エリンギ・コーン・油・塩・こしょう・鶏がらスープの素 豚挽肉・ごま油・玉葱・もやし・ニラ・餃子の皮・鶏がらスープの素 オレンジ	リッツ おにぎり (米・鶏肉・人参・酒・砂糖・みりん・醤油)
15 (土)	豚しぐれごはん 味噌汁 バナナ	米・豚肉・玉葱・おろし生姜・油・醤油・砂糖・もみのり 人参・大根・しめじ・油揚げ・味噌 バナナ	クラッカー おやつパン

	献立名	材料名	おやつ
17 (月)	ごはん レバーのかりんとう 酢の物 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・酒・砂糖・いりごま 人参・きゅうり・ツナ・酢・薄口・砂糖 大根・舞茸・豆腐・カットわかめ・味噌	ビスケット クラッカーサンド (クラッカー・りんごジャム)
18 (火)	ごはん 鶏肉のトマト煮 サラダ 春雨スープ バナナ	米 鶏肉・おろしにんにく・ホールトマト缶・油・鶏がらスープの素・砂糖・酒 小松菜・切干大根・コーン・すりごま・酢・砂糖・薄口・油 春雨・豚挽肉・人参・しめじ・玉葱・鶏がらスープの素	 クラッカー マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
19 (水)	炊き込みごはん 和風ミートローフ 和え物 味噌汁 甘夏かん	米・鶏肉・人参・しめじ・薄口・醤油・砂糖・酒・みりん 豚挽肉・玉葱・人参・干し椎茸・酒・醤油・塩・こしょう・パン粉 きゅうり・大根・醤油・砂糖・かつお節 キャベツ・えのき・豆腐・葱・味噌	リッツ マシュマロおこし (コーンフレーク・マシュマロ・バター)
20 (木)	ごはん 鯖のごま煮 ゆかり和え 味噌汁 バナナ	米 鯖・すりごま・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 キャベツ・人参・切干大根・ゆかり なめこ・玉葱・油揚げ・みつば・味噌	スティックビスケット スイートポテト (さつまいも・砂糖・豆乳生クリーム・バター)
21 (金)	カレーライス サラダ チーズ 甘夏かん	米・豚肉・人参・玉葱・じゃが芋・しめじ・油・カレールウ オクラ・コーン・酢・砂糖・薄口・油・すりごま スティックチーズ 甘夏かん	おせんべい ツナパン (ホットケーキミックス・豆乳・ツナ・玉葱・マヨネーズ)
22 (土)	とりめし 味噌汁 オレンジ	米・鶏肉・ごぼう・しめじ・えのき・酒・砂糖・醤油・みりん・ごま油 人参・大根・板こんにゃく・里芋・葱・味噌 オレンジ	ビスケット おやつパン
24 (月)	ごはん 鶏肉の塩唐揚げ おかか和え 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・片栗粉・揚げ油・酒・塩・砂糖・こしょう・おろしにんにく・おろし生姜 きゅうり・人参・ちくわ・かつお節・醤油 椎茸・ごぼう・玉葱・豆腐・みつば・味噌	リッツ <u>チーズスコーン</u>  (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・バター・豆乳・ピザ用チーズ)
25 (火)	ごはん 豚肉の生姜焼き 和え物 味噌汁 甘夏かん	米 豚肉・玉葱・椎茸・キャベツ・人参・おろし生姜・醤油・酒・みりん・砂糖・油 ほうれん草・もやし・ツナ・醤油 えのき・大根・油揚げ・カットわかめ・味噌	スティックビスケット 黒糖ボーロ (小麦粉・黒糖・無塩バター・油)
26 (水)	ごはん 鯖の梅しそフライ ごま酢和え 味噌汁 りんご	米 鯖・梅干し・青しそ・小麦粉・パン粉・揚げ油 キャベツ・切干大根・人参・砂糖・酢・薄口・すりごま 玉葱・しめじ・さつまいも・みつば・味噌	ビスケット  あじさい寒天  (粉寒天・砂糖・ぶどうジュース・りんごジュース)
27 (木)	<u>和風じゃこスパゲティ</u> かぼちゃのそぼろ煮 ウインナー オレンジ	スパゲティ・油・しらす干し・ツナ・玉葱・人参・ほうれん草・酒・醤油・塩・ 鶏がらスープの素 かぼちゃ・鶏挽肉・みりん・醤油・砂糖・油・片栗粉 ウインナー オレンジ	おせんべい たぬきおにぎり (米・天かす・醤油・砂糖・もみのり)
28 (金)	ごはん シュウマイ 中華きゅうり 中華スープ 甘夏かん	米 豚挽肉・玉葱・たけのこ・おろし生姜・醤油・酒・塩・片栗粉・ 鶏がらスープの素・コーン・シュウマイの皮 きゅうり・酢・砂糖・薄口・ごま油・塩・かつお節 しめじ・青梗菜・もやし・豆腐・中華だしの素	クラッカー かいじゅうドーナツ (小麦粉・ベーキングパウダー 油・豆乳・砂糖・揚げ油) 
29 (土)	カレーピラフ ハンバーガースープ バナナ	米・鶏肉・ミックスベジタブル・カレー粉・鶏がらスープの素・塩 豚挽肉・油・マカロニ・人参・玉葱・じゃが芋・鶏がらスープの素・塩・こしょう バナナ	リッツ おやつパン

★ 緑色の下線のメニューは玄関にレシピがありますので、参考にしてみてくださいね。

天候等の理由により、一部献立が変わる場合がありますので、あらかじめご了承ください。