

2023年度 6月の給食予定献立表

2023年6月

つくし保育園

日付	曜日	献立名	主な材料名			おやつ	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	(○は午後おやつ材料) 体の調子を整えるもの		
5	19	月	厚揚げの照り焼き丼 さつまいもの甘煮 五目みそ汁	米、さつまいも、○ホットケーキ粉、三温糖、○バター	○牛乳、生揚げ、○卵、○チーズ、油揚げ	ねぎ、かぶ、だいこん、かぼちゃ、しめじ、○コーン、ごぼう	○クラッカー ○とうもろこし蒸しパン ○牛乳
6	20	火	ほうれん草カレー キャベツときゅうりのサラダ かぼちゃスープ	米、コーンフレーク、○三温糖、砂糖、油	○牛乳、鶏肉、牛乳、○生クリーム、○セラチン	○バナナ、たまねぎ、キャベツ、かぼちゃ、ほうれん草、トマト、きゅうり、にんじん	○せんべい ○ミルクキャラメルプリン ○バナナ ○麦茶
7	21	水	けんちんうどん 切干大根のサラダ 甘煮豆	○食パン、うどん、さといも、三温糖	○牛乳、いんげんまめ、鶏肉、ツナ缶	だいこん、にんじん、きゅうり、ねぎ、切り干しだいこん、○ブルーベリージャム、	○カルシウムせんべい ○ブルーベリージャムサンド ○牛乳
1	15	木	食パン ハニースパイシーチキン 蒸し野菜 豆乳クラムチャウダー	食パン、○米、じゃがいも、はちみつ、油、片栗粉、○ごま	鶏肉、○さけ、豆乳、あさり	コーン、キャベツ、フロッキー、にんじん、たまねぎ、いんげん、にんにく	○クラッカー ○鮭とわかめのおにぎり ○麦茶
2	16	金	(2日・お弁当給食) ごはん、鶏の唐揚げ、野菜ソテー、小松菜と油揚げのお浸し、かにシュウマイ、カスタードケーキ				○ごまスティック
			(16日・30日) ごはん あじの香り焼き ぞらまめのチーズソテー 野菜豆乳汁	米、じゃがいも、○バター、○小麦粉、○三温糖、片栗粉、油、○マドレーヌ、●コーンフレーク、●はちみつ	豆乳、○生クリーム、あじ、○卵、チーズ、●牛乳	○みかん缶、○もも缶、ぞらまめ、たまねぎ、かぼちゃ、しめじ、にんじん、チンゲンサイ、にんにく、●バナナ	(2日) ○マドレーヌ、○麦茶 (16日) ○お誕生日ケーキ、○麦茶 (30日) ●コーンフレークのおこし、●バナナ、●牛乳
12	26	月	炒り豆腐丼 焼きかぼちゃ天 ねぎとナスのみそ汁	米、○小麦粉、○三温糖、米粉、ごま、○バター、油、片栗粉	木綿豆腐、鶏肉、○卵、○牛乳	かぼちゃ、だいこん、たまねぎ、にんじん、なす、ねぎ、さやえんどう、ひじき、干しいたけ	○ごまスティック ○甘食 ○麦茶
13	27	火	ハヤシライス ポテトサラダ おくらスープ	米、じゃがいも、○三温糖、押麦、米粉、はるさめ、油	○牛乳、牛肉、木綿豆腐、おから、○セラチン	○にんじん、たまねぎ、にんじん、○オレンジ果汁、きゅうり、オクラ、コーン、しめじ、ねぎ、○レモン	○せんべい ○キャラットゼリー ○牛乳
14	28	水	ちゃんぽんラーメン シュウマイ 小松菜のナムル	中華めん、○フランスパン、○バター、片栗粉、○三温糖、ごま油	○牛乳、豚肉 ○きな粉、卵	たまねぎ、○バナナ、ごまつな、キャベツ、もやし、にんじん、コーン、しょうが	○カルシウムせんべい ○きな粉ラスク ○バナナ ○牛乳
8	22	木	ロールパン かぼちゃコロッケ フロッキーのごまあえ コーンポタージュ	ロールパン、パン粉、油、小麦粉、片栗粉、ごま、○米、○三温糖、●ドーナツ	豆乳、豚肉 ○鶏肉	かぼちゃ、コーン、たまねぎ、フロッキー、○にんじん、○ひじき、○切り干しだいこん	○クラッカー (8日) ○鶏とひじきの炊き込みおにぎり、○麦茶 (22日) ●ドーナツ ●麦茶
9	23	金	ごはん さわらの蒸しめそ焼き きゅうりの昆布あえ すまし汁	米、○ホットケーキ粉、三温糖、米粉、油	○牛乳、さわら、○卵、○チーズ、油揚げ	もやし、にんじん、だいこん、きゅうり、○コーン、いんげん、こんぶ、しょうが	○ごまスティック ○チーズパンケーキ ○牛乳

・材料の都合により、献立を変更する場合があります。

・まだ食べたことのない食材は、ご家庭で2回以上お試しください。よろしくお願いいたします。