

6月給食だより（3歳未満児）

アレルギー表示		▲乳		主な材料と体内での働き			おやつ（午前）	おやつ(午後)	
日付	曜日	昼食	主材料と体内での働き			献立	献立	材料	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの				
1	月	白身魚の梅煮 胡瓜と白菜のごま和え ごはん みそ汁	赤魚 赤みそ・白みそ	練り梅 きゅうり・白菜・人参 小松菜	砂糖 白ごま 米(国産) おつゆ麩・じゃが芋	星型せんべい ▲牛乳	ほうれん草マフィン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・ほうれん草	
2	火	スパゲティミートソース まぐろフライ 胡瓜ともやしのツナ和え	牛豚ひき肉・▲粉チーズ まぐろカツ ツナフレーク	玉ねぎ・人参・にんにく・ドライパセリ きゅうり・もやし	スパゲティ・オリーブ油・油・小麦粉・砂糖 油	▲マンナウエハース ▲牛乳	五穀ビスケット	▲五穀ビスケット (小麦粉・砂糖・食塩 ▲ミルクシロップ・ごま)	
3	水	家常豆腐（厚揚げと野菜の中華炒め） 焼さつま芋 ごはん 汁ピーフン	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・赤みそ	人参・玉ねぎ・しめじ・チンゲン菜・にんにく ニラ・大根	油・砂糖・でん粉 さつま芋・油 米(国産) ピーフン	⑫バナナ ▲牛乳	しらすトースト	▲食パン・しらす あおさのり マヨネースタイプ(卵不使用)	
4	木	豚丼 さつま揚げとキャベツの煮浸し みそ汁	豚肉 さつま揚げ 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ キャベツ・オクラ チンゲン菜・もやし・玉ねぎ	米(国産)・砂糖・でん粉 砂糖	▲白い風船ミルククリーム ▲牛乳	ソフトせんべい	ソフトせんべい	
5	金	ドライカレー パンプキンサラダ フルーツ（オレンジ）	鶏ひき肉・鶏レバー煮込み ちくわ	玉ねぎ・人参・ピーマン・しょうが・にんにく かぼちゃ・きゅうり オレンジ	米(国産)・油 マヨネースタイプ(卵不使用)	きなこもちせんべい ▲牛乳	いちごプリン	▲いちごプリンの素 ▲牛乳	
6	土	鶏あんかけうどん ほうれん草とえのきの赤しそ和え 高野豆腐の煮物	鶏肉 凍り豆腐	玉ねぎ・人参・オクラ・だし昆布 ほうれん草・えのきたけ さやいんげん	うどん・でん粉 砂糖	クラッカー ▲牛乳	せんべい	ぼたぼた焼き	
8	月	擬製豆腐 切干大根とこんにゃくの炒め物 ごはん みそ汁	豆腐・鶏ひき肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・しいたけ・さやいんげん・かぼちゃ 切干大根・人参・ほうれん草 なす	でん粉・油・砂糖 糸こんにゃく(白滝)・調合ごま油・砂糖 米(国産) じゃが芋	▲/⑨ハーベスト(セサミ) ▲牛乳	黒糖アガラサー	小麦粉・ベーキングパウダー 黒砂糖	
9	火	鶏肉の甘酢炒め 胡瓜とキャベツのしらす和え ごはん たまごスープ	鶏肉 しらす 卵	玉ねぎ・人参・ピーマン きゅうり・キャベツ チンゲン菜・もやし	でん粉・油・じゃが芋・砂糖 米(国産)	▲ココナッツサブレ ▲牛乳	豆乳ウエハース	▲豆乳ウエハース (小麦粉・砂糖・きなこ ▲マーガリン・豆乳)	
10	水	白身魚の旨煮 オクラと納豆のネバナ和え ごはん みそ汁	赤魚 納豆 赤みそ・白みそ	しょうが オクラ・人参 白菜・かぼちゃ・小松菜	砂糖 米(国産)	⑫バナナ ▲牛乳	きなこラスク	▲食パン・▲バター きな粉・砂糖	
11	木	ハヤシライス ツナとひじきのサラダ フルーツ（みかん缶）	牛肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・しめじ ひじき・ほうれん草 みかん(缶詰)	米(国産)・油 砂糖・マヨネースタイプ(卵不使用)	▲マンナビスケット ▲牛乳	やわらかおかき	やわらかおかき（のり塩味）	
12	金	味噌ラーメン 揚げギョーザ 中華サラダ	豚肉・赤みそ ⑩ギョーザ（キャベツ・豚肉・鶏肉・⑩ごま油） さつま揚げ	玉ねぎ・人参・もやし・コーン・青ねぎ・にんにく・しょうが トマト・きゅうり・コーン	ラーメン・油・調合ごま油 油 砂糖・調合ごま油	クラッカー ▲牛乳	昆布おにぎり	米(国産) 塩昆布	
13	土	そぼろ丼 さつま揚げとキャベツの煮浸し みそ汁	鶏ひき肉 さつま揚げ 赤みそ・白みそ	コーン・さやいんげん キャベツ・オクラ チンゲン菜・もやし・玉ねぎ	米(国産)・油・砂糖 砂糖	ソフトせんべい ▲牛乳	カップケーキ（いちご）	*米粉のカップケーキ・イチゴ（鉄） （米粉・いちご・砂糖）	
15	月	白身魚のレモン醤油ソース クレープイリチー（昆布の炒め煮） ごはん みそ汁	ホキ 赤みそ・白みそ	レモン果汁 細切昆布・切干大根・干しいたけ・人参 チンゲン菜・玉ねぎ	小麦粉・油・砂糖 糸こんにゃく(白滝)・油・砂糖 米(国産) おつゆ麩	星型せんべい ▲牛乳	オレンジゼリー	オレンジゼリーの素 みかん(缶詰)	
16	火	豚肉と野菜のオイスターソース炒め 春雨サラダ ごはん 中華スープ	豚肉	玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン きゅうり・トマト・わかめ かぼちゃ・グリーンアスパラガス・もやし	でん粉・油・砂糖 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖 米(国産)	▲マンナウエハース ▲牛乳	もものタルト	ももタルト （米粉・豆乳・ももピューレ）	
17	水	厚揚げと根菜の煮物 大学かぼちゃ ごはん みそ汁	生揚げ・さつま揚げ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・れんこん・人参・オクラ かぼちゃ 小松菜・わかめ	砂糖 油・砂糖・黒ごま 米(国産) 巻麩	⑫バナナ ▲牛乳	いもいもチップス	さつま芋・じゃが芋 油・塩	
18	木	白身魚の赤しそ揚げ ベーコンとブロッコリーのサラダ ごはん みそ汁	ホキ ▲ベーコン 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・玉ねぎ・赤ピーマン・レモン果汁 大根・なす・えのきたけ	小麦粉・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	▲白い風船ミルククリーム ▲牛乳	マリービスケット	▲マリー（ビスケット） (小麦粉・砂糖・▲マーガリン ▲牛乳)	
19	金	高野豆腐のそぼろ丼 白菜と小松菜のあおさ和え みそ汁	凍り豆腐・牛ひき肉・卵 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・しょうが・さやいんげん 白菜・小松菜・あおさのり しめじ・青ねぎ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 白ごま じゃが芋	きなこもちせんべい ▲牛乳	黒糖カステラ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 黒砂糖・豆腐・油	
20	土	焼きそば 三色サラダ 中華スープ	豚肉・かつお節	キャベツ・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・もやし 大根・トマト・さやいんげん 白菜・コーン	焼きそば用麺・油 油・砂糖 じゃが芋	たべっ子BABY（ビスケット） ▲牛乳	せんべい	星型せんべい	
22	月	白身魚の香草ムニエル ひじき入り野菜炒め ごはん スープ	ホキ	パセリ ひじき・もやし・人参・ピーマン 小松菜・玉ねぎ・かぼちゃ	小麦粉・油・オリーブ油 油・砂糖 米(国産)	▲/⑨ハーベスト(セサミ) ▲牛乳	お好みねぎ焼き	青ねぎ・ちくわ・かつお節 小麦粉・油・お好み焼きソース	
23	火	照焼ハンバーグ さつま揚げとアスパラガスのサラダ ごはん みそ汁	ハンバーグ（鶏肉・豚肉・玉ねぎ） さつま揚げ 赤みそ・白みそ	グリーンアスパラガス・大根・人参 わかめ・青ねぎ	油・砂糖・でん粉 油・砂糖 米(国産) 巻麩	▲ココナッツサブレ ▲牛乳	バウムクーヘン	▲バウムクーヘン （卵・砂糖・▲マーガリン 小麦粉）	
24	水	フィッシュフライ 野菜サラダ ごはん スープ	たら	ブロッコリー・キャベツ・コーン・トマト・レモン果汁 ほうれん草・黄ピーマン・わかめ	小麦粉・パン粉・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	⑫バナナ ▲牛乳	かぼちゃ蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・かぼちゃ	
25	木	わかめうどん さつま芋のフリッター 豚肉と根菜の煮物	油揚げ ▲牛乳 豚肉	わかめ・青ねぎ・だし昆布 玉ねぎ・ごぼう・人参・さやいんげん	うどん さつま芋・小麦粉・▲天ぷら粉・油 砂糖・でん粉	▲マンナビスケット ▲牛乳	クレープ	*フレンチクレープ（いちご） （豆乳・砂糖・いちご 米粉）	
26	金	鶏肉の唐揚げ しらすと胡瓜のサラダ ごはん みそ汁	鶏肉 しらす 赤みそ・白みそ	しょうが きゅうり・キャベツ・人参・コーン かぼちゃ・ほうれん草	小麦粉・でん粉・油 砂糖・油 米(国産) 巻麩	ぼたぼた焼き ▲牛乳	芋ようかん	さつま芋・砂糖 塩・寒天	
27	土	ウインナーピラフ ちくわと野菜のサラダ スープ	ボークウインナー ちくわ	人参・玉ねぎ・ピーマン きゅうり・赤ピーマン・キャベツ なす・まいだけ・ブロッコリー	米(国産)・油 油・砂糖	クラッカー ▲牛乳	ソフトサラダ	ソフトサラダせんべい	
29	月	牛肉とじゃが芋の甘辛炒め ブロッコリーのマヨネーズ和え ごはん みそ汁	牛肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・赤ピーマン・ピーマン ブロッコリー・人参 白菜・なす・しめじ	油・じゃが芋・砂糖 マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)	▲白い風船ミルククリーム ▲牛乳	お麩のフレンチトースト	おつゆ麩・卵・砂糖 ▲バター・▲牛乳・油	
30	火	鶏肉のカレーマヨ焼 さつま揚げと野菜のソテー ごはん クリームスープ 青りんごゼリー	鶏肉 さつま揚げ 豆乳	ほうれん草・キャベツ・人参 しめじ	小麦粉・油・マヨネースタイプ(卵不使用) 油 米(国産) さつま芋	▲マンナウエハース ▲牛乳	スイートポテト	スイートポテト（おさつ&ポテト） （さつま芋・砂糖・マッシュポテト 食塩・豆乳）	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。