

6月 給食予定献立表



2024年 青い鳥学園
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食		3時のおやつ	材 料 名		
			乳児・幼児食			赤・血や肉を作る	緑・体の調子を整える	黄・熱や力の元になる
1	土		《運動会》					
3	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 豚肉の生姜焼き ブロッコリーの和え物 豚の味噌汁		牛乳 レモンのビスコッパ	豚肉 味噌 牛乳 ヨーグルト	玉ねぎ・しょうが キャベツ・ブロッコリー 人参・レモン レモン果汁	米・しょうゆ 上白糖・みりん なたね油・おつゆ麩 ホットケーキミックス・粉糖
4	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 けんちん揚げ アスパラのサラダ さつま芋の味噌汁		牛乳 きな粉ちんすこう	豆腐・ツナ 味噌 牛乳 きな粉	玉ねぎ・人参 コーン アスパラ ねぎ	米・小麦粉 上白糖・しょうゆ 植物油・ごまだれ さつま芋・なたね油
5	水	牛乳 お野菜ビスケット	炊き込みご飯 さわらの塩焼き 白菜のお浸し 豆腐のすまし汁		お茶 ピーチヨーグルト	揚げ・さわら ちくわ 豆腐 ヨーグルト	人参・しめじ インゲン・白菜 わかめ・みつば 黄桃缶・白桃缶	米 突きこんにやく しょうゆ 上白糖
6	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 鶏の照り焼き 小松菜のじゃこ和え えのきの味噌汁・オレンジ		牛乳 ホットケーキ	鶏肉・ちりめんじゃこ 味噌 牛乳 ホイップ	しょうが・ブロッコリー 小松菜・人参 えのき・玉ねぎ オレンジ	米・上白糖 しょうゆ・みりん ホットケーキミックス メープルシロップ
7	金	牛乳 マンナウエハース	☆絵本メニュー☆ ロールパン ナポリタンスパゲティ れんこんサラダ・大根のスープ		お茶 おかかおにぎり	ベーコン ツナ コンソメ かつお節	玉ねぎ・マッシュルーム・ピーマン パプリカ・なす・グリーンピース ケチャップ・レモン・人参 大根・パセリ	ロールパン・スパゲティ なたね油・ウスターソース 上白糖・エッグケア しょうゆ・米・ごま
8	土	牛乳 星たべよ	焼肉丼 ほうれん草の和え物 厚揚げの味噌汁		牛乳 味しらべ	牛肉 厚揚げ 味噌 牛乳	しょうが・玉ねぎ ピーマン・人参 ほうれん草 ねぎ	米・しょうゆ 上白糖・ごま油 なたね油 味しらべ
10	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 カレーの煮付け 白菜のごま和え かぼちゃの味噌汁		牛乳 チーズ蒸しパン	カレー 味噌 牛乳 チーズ	しょうが・レンコン 白菜・人参 かぼちゃ・玉ねぎ ねぎ	米・しょうゆ 上白糖・片栗粉 ごま・小麦粉 なたね油
11	火	牛乳 マンナビスケット	ゆかりご飯 焼きそば 大根サラダ 小松菜の味噌汁		お茶 フルーチェ	豚肉 味噌 牛乳	しその香・キャベツ 玉ねぎ・人参 きゅうり・大根 パプリカ・小松菜	米・焼きそば なたね油・焼きそばソース お好みソース・ごまだれ フルーチェ(イチゴ)
12	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 鶏のかりん揚げ ほうれん草のおかか和え えのきのすまし汁		牛乳 きな粉サンド	鶏肉 かつお節 牛乳 きな粉	しょうが・キャベツ ほうれん草・人参 えのき・玉ねぎ みつば	米・片栗粉 上白糖・みりん しょうゆ・植物油 食パン・無塩バター
13	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 豆腐のチャンプルー 餃子 中華スープ		牛乳 フライドポテト(チキン味)	鶏卵・豆腐 豚肉・餃子 鶏がらだし 牛乳	米・しょうゆ にら・人参 チンゲン菜 えのき	米・しょうゆ ごま油 カットポテト 植物油
14	金	牛乳 マンナウエハース	ビーフカレー 豆菜サラダ りんご(1歳・煮りんご)		牛乳 マッシュマロフレーク	牛肉 大豆 牛乳	玉ねぎ・人参 小松菜 パプリカ りんご	米・じゃが芋・カレールー ウスターソース・カレー粉・なたね油 エッグケア・マッシュマロ 無塩バター・コーンフレーク
15	土	牛乳 星たべよ	ねぎ塩豚丼 ブロッコリーのツナ和え キャベツの味噌汁		牛乳 ビスコ	豚肉・鶏がらだし ツナ・揚げ 味噌 牛乳	玉ねぎ・ねぎ レモン果汁・ブロッコリー 人参 キャベツ	米・ごま 片栗粉・しょうゆ 上白糖 ビスコ
17	月	牛乳 サッポロポテト	わかめご飯 冷やしつけうどん キャベツの和え物		牛乳 バタークッキー	揚げ かまぼこ 牛乳	わかめ御飯(鮭)・人参 わかめ ねぎ キャベツ	米・細うどん めんつゆ・しょうゆ 上白糖・小麦粉 有塩バター
18	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 さばの味噌煮 ブロッコリーのごま和え 青菜のすまし汁		お茶 うどんぎょうざ	さば 味噌 豚ミンチ	しょうが・大根・ブロッコリー 人参・ほうれん草 玉ねぎ・みつば にら・レモン果汁	米・上白糖 しょうゆ・ごま うどん・片栗粉 ごま油
19	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 つくねの甘酢照り焼き ひじきのマヨ和え 白菜の味噌汁		牛乳 きな粉バナナ	鶏ミンチ・豆腐 ツナ・揚げ 味噌・牛乳 きな粉	玉ねぎ・人参 アスパラ・ひじき インゲン・白菜 ねぎ・バナナ	米・片栗粉 塩・なたね油 しょうゆ・上白糖 エッグケア
20	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ピビンバ風ごはん きゅうりとわかめの中華和え 中華スープ		牛乳 オレンジ寒天	牛肉 豆腐 鶏がらだし 牛乳	ほうれん草・人参・もやし 玉ねぎ・ねぎ・きゅうり わかめ・トマト 豆苗・にら	米・しょうゆ 上白糖・ごま ごま油・寒天 オレンジジュース
21	金	牛乳 マンナウエハース	鮭ごはん 冷やし豆腐めん アスパラとコーンのサラダ フルーツミックス		牛乳 クラッカー・ジャムサンド	鮭フレーク 牛乳	きゅうり・干し椎茸 アスパラ・コーン 人参・みかん缶 パイン缶	米・豆腐 上白糖・しょうゆ めんつゆ・エッグケア ルヴァンクラッカー・いちごジャム
22	土	牛乳 星たべよ	きのこピラフ インゲンのサラダ コンソメスープ		牛乳 マリビスケット	コンソメ ベーコン 牛乳	しめじ・エリンギ 玉ねぎ・人参 インゲン・コーン パセリ	米・なたね油 しょうゆ 和風ドレッシング マリビスケット
24	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 白身魚のオーロラソースかけ キャベツのサラダ コンソメスープ		牛乳 フルーツ杏仁	ホキ コンソメ 牛乳	レモン果汁・ケチャップ・ブロッコリー キャベツ・人参・コーン 玉ねぎ・えのき みかん缶・白桃缶	米・エッグケア なたね油 上白糖 杏仁豆腐
25	火	牛乳 マンナビスケット	☆お誕生日メニュー☆ ピラフ ハンバーグ カラフルサラダ・ポタージュ		牛乳 ココア蒸しパン	ベーコン・コンソメ 合挽きミンチ・豆腐 豆乳 牛乳	玉ねぎ・ミックスベジタブル ケチャップ・人参 ブロッコリー・パプリカ コーン・パセリ	米・ハン粉・和風ドレッシング コーンクリームスープ・クリームシチュールー 小麦粉・上白糖 なたね油・ココア
26	水	牛乳 お野菜ビスケット	中華丼 春雨サラダ 玉子スープ		牛乳 黒糖心のラスク	豚肉 鶏がらだし 鶏卵 牛乳	玉ねぎ・人参 白菜・きくらげ たけのこ・絹さや きゅうり・ねぎ	米・なたね油・しょうゆ みりん・片栗粉・春雨 上白糖・おつゆ麩 有塩バター・黒砂糖
27	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 牛肉のすき煮 小松菜のおかかマヨ和え 大根の味噌汁		牛乳 揚げパン	牛肉・豆腐 かつお節・揚げ 味噌 牛乳	白菜・玉ねぎ えのき・人参 小松菜・大根 わかめ	米・上白糖・しょうゆ みりん・エッグケア ロールパン・植物油 グラニュー糖・粉糖
28	金	牛乳 マンナウエハース	ハヤシライス 切干大根のじゃこサラダ オレンジ		牛乳 さつま芋のメープルバター焼き	牛肉 コンソメ ちりめんじゃこ 牛乳	マッシュルーム・玉ねぎ 人参・トマト缶 ケチャップ・切干大根 水菜・オレンジ	米・なたね油 ハヤシライス・和風ドレッシング さつま芋・メープルシロップ 有塩バター
29	土	牛乳 星たべよ	ゆかりご飯 豚汁うどん 白菜の和え物		牛乳 ぼたぼた焼き	豚肉・揚げ 味噌 ちくわ 牛乳	しその香・人参 玉ねぎ・大根 ねぎ 白菜	米・うどん しょうゆ 上白糖 ぼたぼた焼



★今月の絵本メニューの題材は、「ごめんやさい」です♪



今月の平均給食栄養量

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食物繊維	食塩相当量
乳児	526kcal	19.0g	18.2g	2.9g	1.4g
幼児	553kcal	20.1g	17.4g	3.8g	1.8g