

6月 こ ん だ て

日 (曜)	朝おやつ (1・2歳)	お昼のこんだて	3時のおやつ	延長食	力のもとになる	血や肉をつくる	体の調子をととのえる	調味料
10 ・ 24 (月)	牛乳	ごはん 鶏肉のさっぱりレモン風味焼き ポテトサラダ 味噌汁(しめじ・大根)	フルーツヨーグルト 牛乳	きなこ せんべい 麦茶	七分つき米・片栗粉・じゃが芋 砂糖・マヨドレ	鶏もも肉・ヨーグルト 牛乳	レモン汁・きゅうり・人参・しめじ 大根・みかん缶・白桃缶・バナナ パセリ缶	醤油・みりん・酒・塩・味噌 煮干しだし・昆布だし
11 ・ 25 (火)	牛乳	ごはん 鮭の塩焼き 海藻サラダ 味噌汁(人参・豆腐)	蒸しパン 牛乳	ベビー スティック 麦茶	七分つき米・春雨 ホットケーキミックス 砂糖・ごま油・サラダ油	鮭・かにかま・豆腐 牛乳	わかめ・ひじき・きゅうり・コーン缶 メロン・人参	塩・醤油・酢・味噌 煮干しだし・昆布だし
12 ・ 26 (水)	牛乳	超熟ロール 新じゃが芋のコロッケ フレンチサラダ かぶのスープ(かぶ・かぶの葉)	カレーピラフ 牛乳	ミニ のりすけ 麦茶	超熟ロール・精白米 薄力粉・パン粉・じゃが芋 マーガリン 砂糖・サラダ油	豚ひき肉・チーズ ウインナー 牛乳	玉葱・キャベツ・人参・きゅうり かぶ・かぶの葉・コーン缶 ピーマン	ソース・ケチャップ・酢・塩 コンソメ・醤油・カレー粉
13 ・ 27 (木)	牛乳	ごはん スズキの南蛮漬け 切干大根のサラダ 味噌汁(なめこ・万能葱)	味噌ラーメン 牛乳	きなこ せんべい 麦茶	七分つき米・中華麺 片栗粉・マーガリン サラダ油・砂糖・ごま油	スズキ・豚ひき肉 牛乳	玉葱・黄ピーマン・赤ピーマン ピーマン・切干大根・きゅうり 人参・ひじき・万能葱・もやし ・キャベツ・コーン缶・なめこ	醤油・酢・味噌・鶏がら かつおだし 煮干しだし・昆布だし
14 ・ 28 (金)	牛乳	ごはん 鶏のちゃんちゃん焼き 小松菜のサラダ わかめスープ(わかめ・ごま)	ライスコロッケ 牛乳	ベビー スティック 麦茶	七分つき米・精白米 じゃが芋・薄力粉・パン粉・ごま サラダ油・砂糖・ごま油	鶏もも肉・チーズ かにかま・牛乳	キャベツ・人参・もやし・小松菜 ひじき・わかめ・バナナ・玉葱	味噌・醤油・みりん・酢 コンソメ・塩・ケチャップ
1 15 29 (土)	牛乳	ごはん 麻婆茄子 ツナサラダ 味噌汁(キャベツ・玉葱)	ホットケーキ 牛乳	なし	七分つき米・ホットケーキミックス メープルシロップ 砂糖・ごま油	豚ひき肉・ツナ缶 牛乳	茄子・玉葱・生姜・人参 きゅうり・キャベツ・切干大根	味噌・醤油・オイスターソース 酢 かつおだし
3 ・ 17 (月)	牛乳	ごはん かれのい香味焼き ひじきの煮物 味噌汁(油揚げ・ニラ)	焼きうどん 牛乳	ミニ のりすけ 麦茶	七分つき米・うどん 砂糖 三温糖・サラダ油・ごま油	かれい・油揚げ・大豆 豚もも肉・牛乳	長葱・生姜・ひじき・人参 いんげん・ニラ・玉葱・キャベツ	酒・みりん・醤油・味噌 オイスターソース 煮干しだし・昆布だし
4 ・ 18 (火)	牛乳	ガバオ風丼 ほうれん草のごま和え 春雨スープ(春雨・アスパラ)	ロールサンド 牛乳	きなこ せんべい 麦茶	七分つき米・春雨・食パン マーガリン・いちごジャム ごま サラダ油・砂糖	鶏ひき肉・ウインナー 牛乳	玉葱・赤ピーマン・黄ピーマン ほうれん草・人参・アスパラガス	オイスターソース・醤油 コンソメ・塩・ケチャップ みりん
5 ・ 19 (水)	牛乳	ごはん カレー ブロッコリーサラダ 味噌汁(茄子・小松菜)	チャーハン 牛乳	ベビー スティック 麦茶	七分つき米・じゃが芋・精白米 サラダ油・砂糖・ごま油	豚もも肉・焼き豚 かまぼこ・牛乳	玉葱・人参・ブロッコリー ミニトマト・コーン缶・小松菜 茄子・長葱	カレールウ・醤油・酢・味噌 塩・鶏がら・酒 煮干しだし・昆布だし
6 ・ 20 (木)	牛乳	ごはん かじきの照り焼き 水菜のサラダ すまし汁(かまぼこ・チンゲン菜)	オレンジゼリー ミニゆかりおにぎり 牛乳	ミニ のりすけ 麦茶	七分つき米 片栗粉 砂糖・ごま油	かじき・かまぼこ ゼラチン 牛乳	水菜・ひじき・きゅうり・人参 チンゲン菜・オレンジジュース ゆかり	醤油・みりん・酒・酢・塩 かつお節だし・昆布だし
7 ・ 21 (金)	牛乳	ごはん ローストチキン もやしナムル きのこスープ(エリンギ・えのき)	7日:ココアマフィン 21日:(誕生日ケーキ) ポパイケーキ 牛乳	きなこ せんべい 麦茶	七分つき米 ホットケーキミックス マーガリン・マーマレードジャム 砂糖・ごま油	鶏もも肉 牛乳	もやし・ほうれん草・人参・ひじき えのき・エリンギ・りんご ココア	醤油・酒・酢・コンソメ・塩
8 ・ 22 (土)	牛乳	ごはん 豚の生姜焼き かにかまサラダ 味噌汁(麩・ほうれん草)	ピザトースト 牛乳	なし	七分つき米・食パン・麩 砂糖・ごま油・サラダ油	豚もも肉・かにかま ウインナー・チーズ 牛乳	玉葱・生姜・キャベツ・人参 きゅうり・ほうれん草・コーン缶 ピーマン	醤油・酒・みりん・酢・味噌 ケチャップ かつおだし

* 材料の都合によりメニューに変更があることをご了承ください。 <献立作成者> 鶴野
 * 完了食は白米を使用します。・完了食のりんご・梨は加熱して提供します。
 * 週2回午前のおやつは鉄牛乳を提供します。 末吉にこにこ保育園