



6月



幼児食こんだて

日	曜日	こんだて	<あか>	<きいろ>	<みどり>	朝おやつ	おやつ	
			血や肉をつくる	熱や力になる	体の調子を整える			
1日	金	麦ご飯 とんかつ コールスロー 人参しりしりー 大根の味噌汁 りんご	豚肉 卵 ツナ 木綿豆腐	米 麦 バター 小麦粉 三温糖 マヨネーズ	キャベツ 人参 ビーマン 大根 万能ネギ きゅうり りんご	バナナ	ミルク 紅茶のパウンドケーキ	
2日	土	園内消毒の日						
4日	月	麦ご飯 麻婆豆腐 中華風和え物 青菜と玉子のスープ オレンジ	木綿豆腐 豚挽き肉 鶏ささみ マロニー ツナ 卵	米 麦 ごま油 食パン 三温糖 マヨネーズ	人参 玉ねぎ 椎茸 たらこ にんにく 生 姜 きゅうり パプリカ ちんげん菜 オレンジ	せんべい	ミルク ツナサンド	
5日	火	麦ご飯 鮭の照り焼き 南瓜のごままぶし もずく酢 白菜の味噌汁 りんご	鮭 卵 もずく 牛乳	米 麦 サラダ油 三温糖 小麦粉 バター	南瓜 きゅうり 白菜 しめじ りんご	バナナ	ミルク チーズサブシ	
6日	水	玄米ご飯 豚肉の味噌焼き そうめん汁 ゴーヤチャンプルー すいか	豚肉 木綿豆腐 卵 ツナ	米 玄米 ごま そうめん バター 小麦粉 三温糖	生姜 ゴーヤ 人参 万能ネギ すいか パイナップル	せんべい	ミルク パインケーキ	
7日	木	チキンカレー 青菜とえのきのスープ ツナサラダ ヨーグルトイチゴソース	鶏肉 ツナ 卵 ヨーグルト	米 麦 小麦粉 ごま ごま油 コーンフレーク	人参 玉ねぎ じゃが芋 ナス セロリ グリンピース ブロッコリー トマト コーン 小松菜 えのき 苺	バナナ	ミルク ゴマがし	
8日	金	麦ご飯 魚の甘酢あんかけ 干切りイリチー 冬瓜の味噌汁 オレンジ	白身魚 豚肉 木綿豆腐 卵 昆布	米 麦 食パン こんにゃく 三温糖 サラダ油	玉ねぎ 人参 絹さや 椎茸 冬瓜 貝割れ大根 オレンジ	せんべい	ミルク フレンチトースト	
9日	土	五目チャーハン 鶏肉ときゅうりのごま和え 中華風スープ 杏仁フルーツ	ハム 鶏肉 卵 マロニー	米 サラダ油 ごま ごま油 小麦粉 三温糖 黒砂糖	人参 玉ねぎ ビーマン きゅうり パプリカ 生姜 椎茸 小松菜 パイナップル 黄桃 杏仁	バナナ	ミルク ちんびん	
11日	月	沖縄そば レタスサラダ コーンコロケ すいか	豚肉 かまぼこ 鮭	米 沖縄そば ごま じゃが芋	小松菜 万能ネギ レタス きゅうり トマト とうもろこし すいか	せんべい	麦茶 鮭とわかめのおにぎり	
12日	火	黒米ご飯 鯖の味噌煮 きゅうりの梅和え 南瓜のそぼろ煮 あおさ汁 りんご	鯖 鶏ひき肉 あおさ 木綿豆腐 ソーゼージ	米 黒米 サラダ油 小麦粉 三温糖	生姜 きゅうり 南瓜 人参 インゲン りんご	バナナ	ミルク ミニアメリカンドック	
13日	水	スパゲッティーミートソース コーンサラダ キャベツのコンソメスープ ヨーグルトフルーツ	牛挽肉 豚挽肉 ベーコン 豚レバー チーズ ヨーグルト	スパゲッティー 米 サラダ油 バター	玉ねぎ 人参 しめじ ビーマン トマト レタス ブロッコリー パプリカ キャベツ バナナ 黄桃	せんべい	麦茶 いなり寿司	
14日	木	もずく丼 小松菜のツナ和え イナムドゥチ オレンジ	豚挽肉 ツナ 豚肉 カステラかまぼこ 卵 もずく	米 麦 小麦粉 三温糖 こんにゃく アーモンドプードル	ビーマン 人参 キャベツ パプリカ 椎茸 大根 万能ネギ オレンジ	バナナ	ミルク スノーボール	
15日	金	麦ご飯 鶏肉のトマト煮 マッシュポテト キャベツのツナ炒め きのこの味噌汁 りんご	鶏肉 ツナ ひじき 牛乳	米 麦 小麦粉 バター 三温糖 じゃが芋	ニンニク トマト ビーマン キャベツ りんご きゅうり えのき 椎茸 山東菜	せんべい	麦茶 豆乳プリン せんべい	
16日	土	冷やし中華 魚の天ぷら インゲンのごま和え 杏仁フルーツ	卵 鶏ささみ ツナ 白身魚	中華麺 サラダ油 米 ごま 小麦粉 三温糖	きゅうり トマト インゲン えのき パプリカ 杏仁 パイン 黄桃	バナナ	麦茶 油みそおにぎり	
18日	月	三色丼 人参のサラダ ゆし豆腐 オレンジ	鶏挽肉 ツナ 卵 ゆし豆腐	米 麦 ごま油 マヨネーズ 三温糖 小麦粉 ごま	生姜 小松菜 人参 きゅうり 万能ネギ オレンジ	せんべい	ミルク ジャムケーキ	
19日	火	ケチャップライス ミートローフ 春雨サラダ ブロッコリーソテー クリームスープ すいか	鶏肉 牛肉 豚肉 卵 マロニー 牛乳	米 小麦粉 ココア じゃが芋 ごま	玉ねぎ ビーマン キャベツ ニンニク ブロッコリー きゅうり パプリカ しめじ パセリ コーン すいか	バナナ	ショア お誕生日ケーキ	
20日	水	はんだまご飯 ししゃもフライ 冬瓜のそぼろ煮 豚汁 フルーツヨーグルト	ししゃも 鶏挽肉 豚レバー 卵 ヨーグルト	米 麦 サラダ油 三温糖 じゃが芋 片栗粉 小麦粉	はんだま 玉ねぎ パプリカ 椎茸 インゲン 人参 ほうれん草 バナナ 黄桃	せんべい	ミルク サーターアングー	
21日	木	玄米ご飯 豆腐ハンバーグ きんぴらごぼう キャベツのスープ オレンジ	木綿豆腐 豚ひき肉 鶏挽肉 卵 豚肉 ひじき	米 玄米 小麦粉 ごま油 紅芋 こんにゃく ラード	玉ねぎ ごぼう 人参 たらこ キャベツ さつま芋 オレンジ	バナナ	ミルク 紅芋ちんすこう	
22日	金	麦ご飯 白身魚のマヨ焼き もずくスープ キャベツとウィンナーの炒め物 りんご	白身魚 ウィンナー 卵 もずく 卵 クリームチーズ	米 麦 小麦粉 バター 三温糖	玉ねぎ パプリカ ビーマン キャベツ 人参 ほうれん草 万能ネギ 南瓜 りんご	せんべい	ミルク バイクドチーズケーキ	
25日	月	ドライカレー ひじきサラダ キャベツスープ オレンジ	牛挽き肉 大豆 豚挽き肉 ツナ ひじき	米 麦 マヨネーズ ごま 三温糖 小麦粉 バター	ニンニク 玉ねぎ ビーマン しめじ トマト パプリカ きゅうり キャベツ パセリ コーン オレンジ	バナナ	ミルク きなこクッキー	
26日	火	野菜そば ほうれん草の白和え さつま芋のごま煮 フルーツヨーグルト	豚肉 木綿豆腐 ツナ ひじき ヨーグルト	沖縄そば 米 サラダ油 ごま さつま芋 三温糖	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン ほうれん草 たらこ バナナ 黄桃	せんべい	麦茶 ジュシーおにぎり	
27日	水	麦ご飯 鶏肉の梅マヨ焼き 麩チャンプルー じゃが芋の味噌汁 すいか	鶏肉 卵 ツナ	米 麦 マヨネーズ 麩 じゃが芋 ココア 小麦粉	梅 大葉 ゴーヤ 玉ねぎ 人参 小松菜 すいか	バナナ	ミルク ココア蒸しパン	
28日	木	照り焼き丼 春雨のごま和え イナムドゥチ オレンジ	鶏肉 マロニー 豚肉 ツナ ひじき かまぼこ 木綿豆腐	米 麦 ごま こんにゃく 小麦粉	生姜 玉ねぎ きゅうり 人参 椎茸 大根 万能ネギ オレンジ	せんべい	ミルク セサミドーナツ	
29日	金	麦ご飯 秋刀魚の揚げ煮 キャベツのおかか和え ひじきの五目煮 トマトと玉子のスープ 杏仁フルーツ	秋刀魚 ひじき 卵 鶏肉 鰹節 もずく	米 麦 油 三温糖 こんにゃく 小麦粉	キャベツ 人参 インゲン トマト 玉ねぎ パセリ たらこ 杏仁 パイン 黄桃	バナナ	麦茶 野菜天ぷら	
30日	土	豚丼 きゅうりの梅和え 南瓜の味噌汁 フルーツヨーグルト	豚肉 しらす ソーゼージ 鰹節 ヨーグルト	米 こんにゃく 三温糖 パン マヨネーズ	玉ねぎ 人参 椎茸 ほうれん草 豆苗 きゅうり 白菜 南瓜 キャベツ バナナ 黄桃	せんべい	ミルク ミニホットドック	

☆献立は、材料やその他の都合により変更することがあります。
☆アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき実施しています。