令和元年5月31日　小柳保育園

6月 給食予定献立表

日	曜日	全員献立	赤の食品 （血や肉をつくる）	緑の食品 （体の調子をよくする）	黄色の食品 （熱や力になる）	おやつ
1	土	チキンカレー　福神漬け サラダ　果汁	とり肉・たまご サラダファミリー・牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・トマト 福神漬け・きゅうり・果汁	ごはん・ルー じゃがいも・油	牛乳 おかし
3	月	せんべい汁　えび餃子 枝豆　オレンジ	鶏肉・えび餃子 枝豆・牛乳	大根・人参・ごぼう・まいたけ・椎茸 白菜・トマト・・オレンジ	ごはん・糸こん 油・せんべい	牛乳 おかし
4	火	豆腐ハンバーグ　ブロッコリーのごま和え にんじんソテー　なすと油揚げの味噌汁　バナナ	とりひき・豆腐 油揚げ・牛乳・卵	玉ねぎ・ブロッコリー・人参 コーン　なす・バナナ	パン粉・ごはん 砂糖	牛乳 おかし
5	水	焼き魚　じゃこピーマン　野菜のごま和え 肉団子　きのこの味噌汁　いちご	鮭・ちりめんじゃこ 肉団子・油揚げ・牛乳	ピーマン・白菜・人参・アスパラ えのき・しめじ・いちご	ごはん・砂糖 油	牛乳 おかし
6	木	ナポリタン　サラダ　いり玉子 わかめスープ　オレンジ	ウインナー・卵 牛乳	玉ねぎ・ピーマン・レタス・コーン きゅうり・わかめ・長ねぎ・オレンジ	パン・スパゲティ 砂糖・バター・ごま	牛乳 おかし
7	金	生姜焼き　千キャベツ　トマト もずくと豆腐の味噌汁　バナナ	豚肉・豆腐 牛乳	キャベツ・トマト・もずく 玉ねぎ・バナナ	ごはん 油	ヨーグルト おかし
8	土	ビーフシチュー　福神漬け ゆでたまご　サラダ　果汁	牛肉・たまご サラダファミリー・牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・トマト 福神漬け・きゅうり・果汁	ごはん 油	牛乳 おかし
10	月	きつねうどん オレンジ	たまご・油揚げ 板かま・牛乳	ほうれん草・わかめ 長ねぎ・オレンジ	うどん 砂糖	牛乳 おかし
11	火	チャプチェ　小松菜ごま和え　さつま芋の甘煮 きのこの味噌汁　バナナ	豚肉 牛乳	ピーマン・筍・人参 小松菜・えのき・しめじ・バナナ	ごはん・春雨・油 さつま芋の甘煮・ごま	牛乳 おかし
12	水	魚の香味焼き　すき昆布煮　アスパラベーコン 白菜と油揚げの味噌汁　いちご	さば・ベーコン・大角天 油揚げ・牛乳	にんじん・すき昆布 アスパラ・白菜・いちご	ごはん・砂糖 糸こん・油	牛乳 おかし
13	木	冷しゃぶ　グリーンサラダ　人参煮 チーズ　わかめと麩のスープ　オレンジ	豚肉・サラダファミリー 牛乳	レタス・きゅうり・ブロッコリー 人参・わかめ・オレンジ	ごはん・砂糖 チーズ	牛乳 おかし
14	金	さつま汁　スパサラダ 納豆　バナナ	豚肉・焼豆腐・ハム 納豆・牛乳	キャベツ・玉ねぎ・白菜・人参・ごぼう・大根 長ねぎ・しめじ・きゅうり・レタス・バナナ	ごはん・スパゲティー・砂糖 マヨネーズ・糸こん・さつまいも	牛乳 おかし
15	土	ポークカレー　福神漬け サラダ　果汁	豚肉・たまご サラダファミリー・牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・トマト 福神漬け・きゅうり・果汁	ごはん・ルー じゃがいも・油	牛乳 おかし
17	月	焼きそば 中華卵スープ　バナナ	豚肉・卵 牛乳	キャベツ・ピーマン・人参 小松菜・長ねぎ・バナナ	焼きそば麺・ごま油 油	牛乳 おかし
18	火	とり天　いんげん炒め　きゅうりの中華漬け きゃべつとわかめの味噌汁　オレンジ	鶏肉・大角天 牛乳	いんげん・人参・きゅうり キャベツ・わかめ・オレンジ	ごはん・小麦粉 ごま・糸こん・油	牛乳 おかし
19	水	さんまの蒲焼　ほうれん草なめたけあえ　トマト ウィンナー　もやしと油揚げの味噌汁　パイン缶	さんま・ウインナー・油揚げ 牛乳	ほうれん草・トマト・もやし なめたけ・パイン缶	ごはん・砂糖 ごま	牛乳 おかし
20	木	♪　愛　情　弁　当　♪				カタツムリケーキ アンパンマンジュース
21	金	チンジャオロース　もやしのごま和え かぼちゃ煮　卵とニラの味噌汁　さくらんぼ	豚肉 たまご・牛乳	ピーマン・もやし・筍 ニラ・トマト・さくらんぼ	ごはん・かぼちゃ 砂糖	ジョア おかし
22	土	クリームシチュー　わかめサラダ ゆでたまご　果汁	とり肉・たまご わかめ・牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・トマト・マッシュルーム 果汁・コーン・きゅうり・グリーンピース	ごはん じゃがいも・油	牛乳 おかし
24	月	焼き干しラーメン　※ すいか	焼豚・たまご・わかめ なると・牛乳	メンマ・ほうれん草・ねぎ すいか	ラーメン スープ・油	牛乳 おかし
25	火	かに玉　中華春雨　ブロッコリー 舞茸ととろろ昆布の味噌汁　オレンジ	かに缶・たまご・ハム 牛乳	椎茸・グリーンピース・筍・きゅうり 昆布・玉ねぎ・人参・舞茸・オレンジ	ごはん・春雨 ごま油・砂糖	牛乳 おかし
26	水	白身魚フライ　大根サラダ　じゃがいものカレー炒め もやしと油揚げの味噌汁　バナナ	白身魚フライ・油揚げ ハム・牛乳	大根・人参・きゅうり・もやし バナナ	ごはん 油	牛乳 おかし
27	木	<お誕生会>そぼろごはん　クリームコロッケ　千キャベツ ミニトマト　野菜スープ　メロン　ゼリー	卵・とりひき肉 牛乳	キャベツ・ミニトマト・チンゲン菜 人参・長ねぎ・椎茸・メロン	クリームコロッケ ごはん・油	ヤクルト ケーキ
28	金	しょうがみそおでん　野菜ナムル トマト　きのこの澄まし汁　オレンジ	ぽたんちくわ・大角天 豆腐・うずらの卵・牛乳	しょうが・人参・ほうれん草・ぜんまい 大根・豆もやし・しめじ・えのき・オレンジ	ごはん・糸こん ごま油・砂糖	牛乳 おかし
29	土	ビーフカレー　福神漬け サラダ　果汁	牛肉　たまご サラダファミリー・牛乳	人参　玉ねぎ　レタス　トマト 福神漬け　きゅうり　果汁	ごはん じゃがいも・油	牛乳 おかし

◎材料その他の都合により、変更になる場合もありますのでご了承ください。
◎18時以降の延長の際は、おにぎり又はパンと飲み物が出ます。

<給食室から一言>

◎材料、その他の都合により、献立が変更になる場合もありますのでご了承ください。

★6月20日(木)は、愛情弁当の日です。
★6月27日(木)は、お誕生会なので以上児さんは、ご飯いりません。

ご当地グルメを知る・・・6/24(月)は※「焼き干しラーメン」です！！

津軽地方で多く見られるラーメンは、鰯の焼き干し・煮干を使ってだしをとり、それを醤油タレと合せてスープにしています。
津軽地方では、鰯が沢山とれるのでそれらを使った「焼き干し」がそばやや食堂でだし汁として使われ、焼き干しラーメンになったのではないかと言われています。
焼き干しのだしの香りがたまらないとても美味しいラーメンです！