



6月 給食予定献立表



2020年5月29日 小柳保育園

日	曜日	全 員 献 立	赤の食品	緑の食品	黄色の食品	おやつ	
			(血や肉をつくる)	(体の調子をよくする)	(熱や力になる)		
1	月	焼きそば 中華卵スープ オレンジ	豚肉・卵 牛乳	キャベツ・ピーマン・人参 小松菜・長ねぎ・オレンジ	焼きそば麺・ごま油 油	牛乳 おかし	
2	火	ごはん つくね串焼き 野菜のごま和え だし巻き玉子 豚汁風味噌汁 パナナ	つくね串・卵 豚肉・牛乳	白菜・人参・アスパラ 玉ねぎ・パナナ	ごはん・油 砂糖・ごま	牛乳 おかし	
3	水	ごはん サーモンチーズフライ 干キャベツ すき昆布煮 豆腐ときこの味噌汁 パイン缶	サーモン・すき昆布 大角天・豆腐・牛乳	にんじん・キャベツ えのき・しめじ・パイン缶	ごはん・砂糖・チーズ 糸こんにゃく・油	牛乳・ おかし	
4	木	パン ハンバーグ スパ炒め ブロッコリー トマト わかめスープ パナナ	合いびき肉・卵 わかめ・牛乳	玉ねぎ・ブロッコリー・コーン トマト・パナナ	パン・パン粉 砂糖	牛乳 おかし	
5	金	麻婆丼 春雨サラダ 野菜の具沢山味噌汁 オレンジ	豚ひき・油揚げ・卵 ハム・牛乳	長ねぎ・きゅうり・人参 大根・キャベツ・しめじ・オレンジ	ごはん・ごま油 麻婆の素	牛乳 おかし	
6	土	ごはん クリームシチュー 和風サラダ ゆで卵 幼児果汁	とり肉・たまご・わかめ・ ツナ・牛乳	玉ねぎ・レタス・トマト・マッシュルーム 人参・コーン・きゅうり・果汁	ごはん 油	牛乳 おかし	
8	月	カレーうどん いちご	かまぼこ・卵 豚肉・牛乳	人参・玉ねぎ・長ねぎ じゃがいも・いちご	うどん カレー粉・油	ジョア おかし	
9	火	ごはん チンジャオロース きゅうりのサラダ かぼちゃ煮 卵とニラの味噌汁 いちご	豚肉・カニカマ 卵・牛乳	ピーマン・筍・きゅうり かぼちゃ・ニラ・いちご	ごはん・チンジャオの素 砂糖・マヨネーズ	牛乳 おかし	
10	水	ごはん さんまの蒲焼 小松菜なめたけあえ 人参サラダ きゃべつの味噌汁 オレンジ	さんま・ハム 油揚げ・牛乳	小松菜・人参・キャベツ なめたけ・オレンジ	ごはん 砂糖	牛乳 おかし	
11	木	パン クリームコロッケ スペニッシュオムレツ サラダ テンゲン菜とはんぺんのスープ パイン缶	ベーコン・はんぺん 牛乳	ほうれん草・レタス・きゅうり 人参・コーン・テンゲン菜・パイン缶	じゃがいも・油 パン・コロッケ	牛乳 おかし	
12	金	鮭わかめごはん ちゃんぽんスープ 枝豆 一口餃子 パナナ	豚肉・なると・わかめ 鮭・餃子・えび・牛乳	人参・玉ねぎ・きくらげ・もやし 枝豆・きゃべつ・パナナ	スープ・ごはん 砂糖	牛乳 おかし	
13	土	キーマカレーライス 福神漬け サラダ 果汁	とりひき肉・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	
15	月	味噌バターコーンラーメン オレンジ	焼豚・なると・わかめ たまご・牛乳	もやし・コーン・メンマ 長ねぎ・オレンジ	ラーメンスープ 中華麺	ヨーグルト おかし	
16	火	ごはん とり天 れんこんのきんぴら ブロッコリーツナ和え もずくと板麩の味噌汁 パナナ	鶏肉・ツナ もずく・牛乳	れんこん・人参・ブロッコリー 長ねぎ・オレンジ	ごはん・小麦粉 ごま・油	牛乳 おかし	
17	水	ごはん 焼き魚 わかめときゅうりの酢の物 ビーフン炒め きこの味噌汁 いちご	さば・豚肉・わかめ 油揚げ・牛乳	きゅうり・人参・ピーマン・キャベツ 椎茸・しめじ・えのき・いちご	ごはん・砂糖 油・ビーフン	牛乳 おかし	
18	木	愛情弁当				かたつむりのケーキ 幼児果汁	
19	金	かつ丼 野菜ナムル トマト 大根の味噌汁 パイン缶	とんかつ 卵・牛乳	玉ねぎ・もやし・人参・ほうれん草 トマト・大根・パイン缶	ごはん 油	牛乳 おかし	
20	土	チキンカレーライス 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	
22	月	ナポリタン コールスローサラダ 炒り卵 野菜スープ オレンジ	ウインナー・卵 牛乳	玉ねぎ・ピーマン・きゅうり・キャベツ コーン・人参・小松菜・長ネギ・オレンジ	スパゲティ バター・マヨネーズ	牛乳 おかし	
23	火	ごはん 焼肉 無限ピーマン 切り干し大根煮 わかめともやしの味噌汁 いちご	豚肉・ツナ・わかめ 大角天・牛乳	玉ねぎ・ピーマン・人参・ささげ 切り干し大根・もやし・いちご	ごはん 糸こんにゃく・ごま油	牛乳 おかし	
24	水	ごはん あじフライ 干キャベツ ポテトサラダ 豆腐となめたけの味噌汁 パナナ	あじフライ・ハム 豆腐・牛乳	キャベツ・人参・きゅうり 玉ねぎ・なめたけ・パナナ	ごはん・油 マヨネーズ	牛乳 おかし	
25	木	〈お誕生会〉チャーハン エビチリ 棒棒鶏サラダ トマト 中華コーンスープ オレンジゼリー	焼豚・エビチリ 鶏肉・卵・牛乳	長ねぎ・きゅうり・もやし・トマト 人参・コーン・オレンジ	ごま油・油 片栗粉・ごはん	ヤクルト ケーキ	
26	金	納豆ご飯 豚汁 マカロニサラダ パナナ	豚肉・焼豆腐・納豆・牛乳 魚肉ソーセージ	人参・玉ねぎ・きゅうり・しめじ・白菜 きゃべつ・ごぼう・長ネギ・パナナ	ごはん・マカロニ・糸こんにゃく マヨネーズ・じゃがいも	牛乳 おかし	
27	土	ビーフカレーライス 福神漬け サラダ 果汁	牛肉・たまご サラダプラス・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	
29	月	冷し中華 すいか	卵・ハム 焼豚	きゅうり・もやし ミニトマト・すいか	ラーメン 砂糖	牛乳 おかし	
30	火	ごはん えびフライ ごぼうサラダ もやし炒め 白菜としめじの味噌汁 パイン缶	エビフライ 牛乳	ごぼう・人参・もやし・ピーマン 白菜・しめじ・パイン缶	ごはん・油 マヨネーズ	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

梅雨の訪れを感じる季節となりました。季節の変わり目は、一日の寒暖差も大きく体調を崩しやすい時期です。気温に合わせて着るものを調節し、食欲を落とさないよう料理を工夫し、食事をしっかり摂り元気に夏を迎えましょう。



6月18日(木)は
愛情弁当です