




6月 食事献立表

日	曜	おひるのこんだて	 血や肉になるもの	 体の調子を整えるもの	 熱や力になるもの	3歳未満児 午前のおやつ	午後のおやつ ()内 3歳未満児	行事予定
1	木	油淋鶏・ボイル野菜・みそ汁	鶏肉・油揚げ・みそ	しょうが・長ねぎ・キャベツ・人参・もやし・小松菜	片栗粉・油・砂糖・ごま油・じゃがいも	牛乳 おかし	スキムミルク (牛乳) おかし	
2	金	カレー・アスパラ入りコールスローサラダ	豚肉・ロースハム	玉ねぎ・人参・アスパラガス・キャベツ・きゅうり・ホールコーン缶	じゃがいも・油・マヨネーズ	牛乳 おかし	牛乳 おかし	
3	土	パン・牛乳・果物						歯科健診
5	月	厚揚げと野菜のみそ炒め煮・春雨スープ	豚肉・厚揚げ・みそ	ピーマン・キャベツ・人参・たけのこ水煮・干しいたけ・チンゲン菜・長ねぎ	油・砂糖・片栗粉・春雨・ごま油	お茶 おかし	果物	
6	火	親子煮・もやしとツナのサラダ	鶏肉・鶏卵・ツナ缶	玉ねぎ・人参・干しいたけ・小松菜・もやし・きゅうり・ホールコーン	じゃがいも・しらたき・車麩・油・砂糖・マヨネーズ・ごま	お茶 おかし	牛乳 おかし	運動会予行練習 (こども園ホール)
7	水	ジャージャー麺・わかめスープ・焼きのり	豚ひき肉・みそ・わかめ・焼きのり	長ねぎ・たけのこ水煮・干しいたけ・にんにく・しょうが・きゅうり・ブロッコリー・もやし・玉ねぎ・人参	乾麺(中華麺)・油・砂糖・片栗粉・ごま油	お茶 おかし	スキムミルク (牛乳) おかし	雪組 小学校体育館練習
8	木	豚肉のしょうが焼き・粉ふきいも・かき卵コンスープ	豚肉・青のり・鶏卵	しょうが・玉ねぎ・ピーマン・人参・クリームコーン缶・ホールコーン缶・チンゲン菜	油・じゃがいも・片栗粉	お茶 おかし	牛乳 おかし	雪組 小学校体育館練習
9	金	麻婆豆腐・華風あえ	豆腐・豚ひき肉・みそ・ロースハム	しょうが・にんにく・人参・干しいたけ・長ねぎ・にら・きゅうり・もやし	油・砂糖・片栗粉・ごま油・春雨・ごま	お茶 おかし	お茶 おかし	
10	土							運動会 新潟小学校体育館
12	月	豆腐の中華煮・ひじきサラダ・果物	豚肉・かまぼこ・豆腐・ひじき・ツナ缶	しょうが・人参・玉ねぎ・もやし・干しいたけ・チンゲン菜・ほうれん草・ホールコーン缶・果物	油・片栗粉・ごま油・マヨネーズ	牛乳 おかし	牛乳 おかし	身体測定
13	火	魚の南蛮漬け・豚汁・果物	魚・豚肉・みそ	玉ねぎ・人参・きゅうり・大根・小松菜・果物	片栗粉・油・砂糖・ごま油・しらたき・じゃがいも	牛乳 おかし	牛乳 クリームソフトパン	避難訓練
14	水	鶏肉のマーメレード焼き・マカロニサラダ・夏野菜スープ	鶏肉・ロースハム	しょうが・にんにく・きゅうり・人参・ホールコーン缶・キャベツ・玉ねぎ・トマト・さやいんげん	マーメレード・マカロニ・マヨネーズ	牛乳 おかし	ジョア 米粉のピーチケーキ	
15	木	肉じゃが・切干大根とツナのあえもの・果物	豚肉・ツナ缶	玉ねぎ・人参・さやいんげん・切干大根・きゅうり・果物	じゃがいも・しらたき・油・砂糖・ごま油	牛乳 おかし	スキムミルク (牛乳) おかし	
16	金	千草焼き・きゅうり漬け・みそ汁・ごまふりかけ	鶏卵・ひじき・豚ひき肉・油揚げ・みそ	人参・干しいたけ・きゅうり・小松菜・玉ねぎ	砂糖・油・じゃがいも・ごま	牛乳 おかし	ゼリー	布団持ち帰り
17	土	パン・牛乳・果物						
19	月	冷しゃぶと夏野菜の盛り合わせ・みそ汁・焼きのり	豚肉・わかめ・油揚げ・みそ・焼きのり	レタス・もやし・きゅうり・人参・ブロッコリー・大根・小松菜	砂糖・マヨネーズ・ごま・じゃがいも	牛乳 おかし	お茶 手作りあんまん	
20	火	魚の塩麹漬け焼き・小松菜の磯香あえ・みそ汁・果物	魚・焼きのり・豆腐・みそ	小松菜・もやし・キャベツ・人参・果物		牛乳 おかし	牛乳 ミニメロンパン	英語であそぼう③
21	水	炒り豆腐・ほうれん草のツナマヨあえ・果物	豆腐・鶏ひき肉・ひじき・ちくわ・ツナ缶	干しいたけ・玉ねぎ・人参・小松菜・ほうれん草・もやし・ホールコーン缶・果物	こんにゃく・油・砂糖・マヨネーズ	牛乳 おかし	牛乳 おかし	
22	木	魚の照り焼き・ほうれん草のごまあえ・野菜汁	魚・油揚げ	ほうれん草・人参・キャベツ・ごぼう・えのきたけ・長ねぎ	砂糖・ごま	牛乳 おかし	スキムミルク (牛乳) おかし	
23	金	ちくわのカレー揚げ・三色ひたし・かしわ汁	ちくわ・鶏肉	ほうれん草・もやし・人参・大根・長ねぎ	小麦粉・油・じゃがいも	牛乳 おかし	ヤクルト おかし	ファミリーデー プレゼント持ち帰り
24	土	パン・牛乳・果物						
26	月	ビビンバ・チンゲン菜とわかめのスープ	豚ひき肉・わかめ・豆腐	ぜんまい水煮・干しいたけ・にんにく・ほうれん草・もやし・人参・チンゲン菜・玉ねぎ・ホールコーン缶	ごま油・砂糖・ごま	牛乳 おかし	牛乳 ミニクロワッサン	
27	火	焼き魚・ひじきの炒り煮・みそ汁	魚・ひじき・さつま揚げ・油揚げ・みそ	ごぼう・人参・干しいたけ・さやえんどう・キャベツ・小松菜	しらたき・油・砂糖・じゃがいも	牛乳 おかし	お茶 おかし	つぼみ1組 クラス懇談会
28	水	カレーピラフ・鶏肉のロースト・ゆでブロッコリー・ジュース オーロラソース付き	鶏肉・ウインナー	ピーマン・コーン・人参・玉ねぎ・にんにく・ブロッコリー	油	お茶 おかし	牛乳 マドレーヌ プリン (1歳児)	6・7月生まれ誕生会
29	木	じゃがいもとなすの鶏みそ田楽・すまし汁・ごまふりかけ	鶏ひき肉・みそ・豆腐・かまぼこ・わかめ	なす・人参・玉ねぎ・しょうが・小松菜	じゃがいも・油・砂糖・片栗粉・ごま	牛乳 おかし	牛乳 おかし	つぼみ2組 クラス懇談会 ダンス教室③
30	金	カレー・ツナサラダ	豚肉・ツナ	玉ねぎ・人参・キャベツ・きゅうり・ホールコーン缶	じゃがいも・油	お茶 おかし	果物	布団持ち帰り

※○印三歳以上児主食いりません。