

令和 6年度



6 月 予 定 献 立 表



高野保育園

日 曜	献 立 名	主 な 使 用 材 料	乳 児			3時 おやつ
			主食	追加	10時	
1 土	けんちんうどん フルーツ 牛乳	干めん 鶏肉 豆腐 大根 里芋 牛蒡 人参 葱 煮干し みりん しょうゆ パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
3 月	魚の葱みそ焼き 添え野菜 ナポリタン いんげんのごま和え	鯖 葱 みそ みりん もやし 干スバケチー ベーコン 玉葱 しめじ ビーマン トマト コンソメ ケチャップ ソース インゲン ちくわ 人参 キャベツ ごま 醤油	飯	ふりかけ	牛乳 ウエハース	ゼリー&ウエハース 3未 ゼリー
4 火	豆腐ハンバーグ 添え野菜 煮びたし 牛蒡サラダ 牛乳	合挽肉 豆腐 玉葱 チーズ 人参 卵 ハン粉 ケチャップ ソース キャベツ 厚揚げ もやし 椎茸 赤ピーマン フンゲンサイ 醤油 ハム 牛蒡 胡瓜 人参 マヨネーズ 牛乳	パン	ブルー	ヨーグルト	米粉きな粉 クッキー
5 水	巣ごもり卵 たらこ人参 ツナサラダ	卵 鶏ミンチ 玉葱 キャベツ コンソメ たらこ 人参 じゃが芋 バター 砂糖 ツナ 胡瓜 ブロッコリー 赤ピーマン コーン マヨネーズ	めん	野菜	100%ジュース チーズ	たぬき おにぎり
6 木	鶏肉の甘辛揚げ 添え野菜 切干し大根煮 おひたし	鶏もも肉 ニンニク 片栗粉 油 砂糖 醤油 ごま キャベツ 切干大根 平天 人参 大豆 椎茸 葱 醤油 青菜 蒲鉾 胡瓜 もやし 赤ピーマン かつお節	飯	しらす	フルーツ	コーンマヨ マフィン
7 金	魚のタンドリー焼き 添え野菜 トマトスープ 酢の物 コーン	鯖 ニンニク ヨーグルト カレー粉 ケチャップ 醤油 ブロッコリー ベーコン トマト 玉葱 卵 パセリ コンソメ しらす ワカメ 胡瓜 春雨 人参 ごま 酢 醤油 カットコーン	パン	チーズ	ゼリー	メロン
8 土	焼きそば フルーツ 牛乳	干中華めん 豚肉 キャベツ 人参 もやし ビーマン 粉かつお ソース 濃厚ソース パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
10 月	豚肉の生姜焼き 添え野菜 アスパラソテー フルーツサラダ	豚ヒレ肉 生姜 みりん 醤油 もやし 鶏肉 アスパラ 玉葱 人参 ビーマン コーン コンソメ パナナ 胡瓜 黄桃缶 バン缶 みかん缶 ヨーグルト マヨネーズ	パン	牛乳	100%ジュース ポーロ	葱チヂミ
11 火	鮭の南蛮漬け 牛乳 五目ビーフン 納豆和え	鮭 小麦粉 油 玉葱 人参 ビーマン 酢 醤油 牛乳 豚肉 ビーフン 玉葱 椎茸 赤ピーマン ニラ コンソメ 挽割納豆 青菜 もやし 胡瓜 蒲鉾 かつお節	飯	ワカメ	牛乳 Caせんべい	フルーツ杏仁 3未 フルーツポンチ
12 水	冷やっこ風 レバー煮 回鍋肉 ニラサラダ	豆腐 かつお節 葱 醤油 レバー煮 豚肉 キャベツ もやし 人参 ビーマン みそ ニラ ハム 卵 胡瓜 トマト みかん缶 ごま油 酢 砂糖 醤油	パン	牛乳	ゼリー	レースンサンド
13 木	魚のソテー葱ソース 添え野菜 コンソメ フレンチサラダ チーズ	白身魚 白葱 ポン酢 鶏つゆ ごま油 もやし ベーコン 玉葱 コーン パセリ 牛乳 コンソメ キャベツ ハム 胡瓜 人参 ブロッコリー フレンチドレッシング チーズ	飯	ゆかり	ヨーグルト	蒸しパン
14 金	茄子のグラタン 昆布巻煮 しらす和え	なす 合挽き肉 玉葱 トマト ハヤシルウ ソース ケチャップ バター 小麦粉 牛乳 ミルクチーズ 昆布巻 鶏つゆ しらす 青菜 もやし 胡瓜 人参 ごま 醤油	めん	野菜	フルーツ	プリンアラモード
15 土	3上) カレーライス アップルジュース 3未) カレーライス フルーツ 牛乳	米 牛肉 豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 りんご にんにく グリーンピース ヨーグルト ルウ 福神漬、アップルジュース(3上) パナナ、牛乳(3未)	飯		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
17 月	鶏肉のハーベキューソース 添え野菜 ちくわのごま炒め 海藻サラダ	鶏もも肉 ニンニク ソース ケチャップ 醤油 もやし ちくわ 人参 キャベツ ビーマン ごま 醤油 ツナ 海藻シラス ワカメ 胡瓜 赤ピーマン コーン 青じそドレッシング	飯	ふりかけ	ヨーグルト	ザクザク クッキー
18 火	魚の香草パン粉焼き 添え野菜 肉じゃがが 中華きゅうり	鯖 ニンニク オリーブ油 パセリ 赤ピーマン 粉チーズ ハン粉 キャベツ 牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく 絹さや 砂糖 醤油 鶏ササミ 胡瓜 玉葱 トマト ごま ごま油	めん	野菜	牛乳 ウエハース	のりじゃこ トースト
19 水	スパニッシュオムレツ 添え野菜 ひじきの炒め煮 梅肉和え 牛乳	卵 ハム チーズ じゃが芋 玉葱 トマト ビーマン ニンニク 牛乳 ブロッコリー ひじき ちくわ 人参 糸こんにゃく 大豆 インゲン 醤油 鶏ササミ 梅肉 青菜 胡瓜 人参 もやし かつお 牛乳	パン	ブルー	100%ジュース 昆布	冷やしうどん
20 木	魚の野菜あんかけ みそ汁 マカロニサラダ ブルー	白身魚 米粉 オリーブ油 玉葱 赤ピーマン もやし 葱 コンソメ 豆腐 油揚げ じゃが芋 えのき ワカメ みそ マカロニ ハム 卵 胡瓜 人参 マヨネーズ ブルー	飯	きな粉	ゼリー	ハワイアン クラフティー
21 金	豚カツおろしソース 添え野菜 牛蒡の甘辛煮 ブロッコリーサラダ	豚ヒレ肉 小麦粉 卵 ハン粉 油 おろしだれ キャベツ 厚揚げ 牛肉 牛蒡 人参 糸こんにゃく インゲン 醤油 ツナ ブロッコリー 胡瓜 赤ピーマン コーン マヨネーズ	パン	牛乳	フルーツ	フルーチェ
22 土	卵とじうどん フルーツ 牛乳	干めん 鶏肉 卵 蒲鉾 玉葱 椎茸 人参 三つ葉 片栗粉 煮干し みりん 醤油 パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい
24 月	魚のごま照り焼き 添え野菜 コーンソテー 冷しゃぶサラダ 牛乳	白身魚 白・黒ごま みりん 醤油 もやし ウインナー コーン じゃが芋 玉葱 ビーマン コンソメ 豚肉 玉葱 胡瓜 キャベツ トマト ポン酢 牛乳	飯	菜	ヨーグルト	たこ焼き
25 火	ホットケーキ(3上) チキンナゲット 添え野菜 マゼンタサラダ アップルジュース フルーツ	ホットケーキミックス 卵 牛乳 マーガリン チョコチップ ヌーブルシロップ 3上) チキンナゲット 油 ブロッコリー ハム アスパラガス じゃが芋 きゅうり トマト マヨネーズ アップルジュース パイナップル	パン	ブルー	牛乳 Caせんべい	アイスクリーム
26 水	マーボー豆腐 煮干しカリント コールスローサラダ	絹豆腐 豚ミンチ ニンニク 生姜 長葱 玉葱 人参 椎茸 筍 ニラ みそ 醤油 ごま油 煮干し ごま 砂糖 ツナ キャベツ 胡瓜 赤ピーマン ブロッコリー コーン フレンチドレッシング	めん	野菜	100%ジュース ブルー	麩のラスク ココア風味
27 木	鮭のムニエルタルソース 添え野菜 ラタトゥイユ 冷拌三条	鮭 米粉 オリーブ油 卵 ビクルス 玉葱 マヨネーズ ブロッコリー ベーコン 玉葱 なす 南瓜 トマト 黄・青ピーマン ニンニク コンソメ 鶏ササミ 春雨 コーン 胡瓜 人参 もやし ごま油	飯	ひじき	フルーツ	揚げ牛蒡& ワイドポテト
28 金	ミートローフ 添え野菜 そうめん汁 ナムル 甘夏缶	合挽肉 卵 チーズ 大豆 玉葱 人参 コーン グリーンピース ハン粉 キャベツ そうめん 蒲鉾 しめじ ワカメ みつば 醤油 ハム 青菜 もやし 胡瓜 赤ピーマン ごま ごま油 甘夏缶	パン	チーズ	ゼリー	枝豆と白ずの おにぎり
29 土	ちゃんめん フルーツ 牛乳	干中華めん 豚肉 平天 キャベツ コーン 人参 もやし 葱 鶏ガラ 煮干し みりん しょうゆ ごま油 コンソメ パナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい

◎ 25日(火) 誕生会です。完全給食ですので全員ご飯はいりません。
三歳以上児はお箸だけ用意してください。

◆梅雨の時期です◆

6月は雨が降ったり、晴れたりと天気が変わりやすいです。
蒸し暑い日が続くと、体力や食欲が低下してしまったり、体調を崩しやすくなります。栄養のバランスのとれた食事を心掛け、梅雨の時期を元気に乗り切りましょう。

