

6月 献立表 幼児食



くすの子保育園

2024年 6月

日付	行事	献立名		食材名			
		昼食	午後おやつ	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1	土	コーンバターご飯 ちくわと野菜の煮物 みそ汁 (かき玉) ヨーグルト(3歳未満児は午前おやつで提供いたします)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	焼き竹輪、鶏もも肉、卵、油揚げ、ヨーグルト、スキムミルク	スイートコーン、だいこん、にんじん、干しいたけ、れんこん、さやいんげん、たまねぎ、にら	半つき米、有塩バター、なたね油、砂糖、麦みそ、ミルクココア	うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、料理酒、みりん風調味料、煮干しだし、麦茶、クラッカー
3	月	ごはん なすと豚肉のみそ炒め すまし汁 (豆腐)	フレンチトースト (オレンジ風味) 麦茶	豚もも肉、木綿豆腐、卵、牛乳	なす、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、ぶなしめじ、こまつな、オレシージュース	半つき米、なたね油、麦みそ、砂糖、食パン、マーガリン	みりん風調味料、こいくちしょうゆ、料理酒、かつお・昆布だし、うすくちしょうゆ、麦茶
4	火	ごはん 鮭のタルタルソースかけ きゅうりの昆布和え みそ汁 (かぼちゃ)	とうもろこし 牛乳 (おやつ)	さけ、卵、焼き竹輪、油揚げ、牛乳	たまねぎ、バセリ、きゅうり、りょくとうもやし、にんじん、塩昆布、かぼちゃ、にら、スイートコーン	半つき米、薄力粉、なたね油、マヨネーズ、いりごま、麦みそ	食塩、料理酒、穀物酢、こしょう、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶
5	水	鶏南蛮うどん キャベツの甘酢和え くだもの	しそおにぎり 麦茶	鶏もも肉、ベーコン、しらす干し	たまねぎ、にんじん、干しいたけ、ほうれんそう、キャベツ、さやいんげん、なつみかん、大葉	うどん、なたね油、砂糖、半つき米、いりごま	かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、穀物酢、麦茶、ゆかり
6	木	ごはん えびと野菜の卵とじ そらまめ みそ汁 (じゃがいも)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	えび、卵、厚揚げ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、チンゲンサイ、そらまめ、わかめ、だいこん	半つき米、ごま油、砂糖、マヨネーズ、じゃがいも、麦みそ、ミルクココア	鶏がらだし、料理酒、みりん風調味料、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、せんべい
7	金	ごはん 麻婆豆腐 中華スープ	牛乳寒天 麦茶	木綿豆腐、豚ひき肉、ロースハム、牛乳	たまねぎ、にんじん、干しいたけ、にら、にんにく、しょうが、たけのこ、えのきたけ、こねぎ、アガー、みかん缶	半つき米、なたね油、砂糖、緑豆はるさめ	豆みそ、こいくちしょうゆ、中華だし、うすくちしょうゆ、鶏がらだし、麦茶、水
8	土	ロールパン ボークビーンズ ポイルブロッコリー コンソメスープ ツナごぼうごはん	グリーンコープのおやつ ミルクココア	豚もも肉、大豆水煮缶、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、ホールトマト缶、ブロッコリー、キャベツ、セロリ、オクラ、スイートコーン	ロールパン、じゃがいも、マーガリン、砂糖、ミルクココア	トマトケチャップ、中濃ソース、こいくちしょうゆ、食塩、ごまドレッシング、コンソメ、うすくちしょうゆ、麦茶、クラッカー
10	月	ツナごぼうごはん ふくさ卵 もやしのさっぱり和え みそ汁 (なす)	ココア蒸しパン 麦茶	ツナ、卵、鶏ひき肉、かにかま、牛乳	ごぼう、えだまめ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ほうれんそう、きゅうり、りょくとうもやし、わかめ、なす、えのきたけ、長ねぎ、レーズン	半つき米、砂糖、なたね油、いりごま、麦みそ、ホットケーキミックス	うすくちしょうゆ、本みりん、かつおだし、食塩、こいくちしょうゆ、ほん酢しょうゆ、煮干しだし、麦茶、ビュアココア
11	火	ごはん あじのかば焼き やさしい梅肉和え すまし汁 (もずく)	とうもろこし 牛乳 (おやつ)	あじ、木綿豆腐、牛乳	キャベツ、切干しいたけ、きゅうり、にんじん、大葉、梅ひしお、もずく、オクラ、スイートコーン	半つき米、薄力粉、なたね油、砂糖	料理酒、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、うすくちしょうゆ、麦茶
12	水	田植え ごまひやずい (霧島の郷土料理) 鶏天 小松菜と油揚げのおひたし	マカロニきなこ 麦茶	鶏もも肉、油揚げ、きな粉	きゅうり、なす、大葉、みょうが、しょうが、にんにく、こまつな、にんじん	半つき米、すりごま、麦みそ、天ぷら粉、なたね油、上白糖、マカロニ、砂糖	煮干しだし、料理酒、めんつゆ、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、かつおだし、麦茶、食塩
13	木	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 あかだし (さといも)	グリーンコープのおやつ ミルク	厚揚げ、豚ひき肉、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、たけのこ、グリーンピース、なめこ、わかめ	半つき米、なたね油、砂糖、かたくり粉、麦みそ、さといも	うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、みりん風調味料、煮干しだし、豆みそ、麦茶、せんべい
14	金	パンの日 田植え (雨天時) セレクトパン ポトフ スパゲティサラダ くだもの 牛乳	鮭おにぎり 麦茶	ウインナーソーセージ、鶏もも肉、ロースハム、牛乳、さけ	たまねぎ、にんじん、エリンギ、きゅうり、キャベツ、メロン、大葉	じゃがいも、スパゲティ、マヨネーズ、半つき米、いりごま	メロンパン、あんパン、コンソメ、うすくちしょうゆ、穀物酢、麦茶
15	土	シーフードトマトカレー かぼちゃのマリネ くだもの	グリーンコープのおやつ ミルクココア	えび、ごういか、ツナ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、なす、ズッキーニ、ホールトマト缶、にんにく、かぼちゃ、まいたけ、青ピーマン、ゴールドデンキウイ	なたね油、半つき米、砂糖、ミルクココア	カレールー、すし酢、うすくちしょうゆ、麦茶、揚げせんべい
17	月	粗食の日 ごはん ひじき煮 豚みそ (郷土料理) つみれ汁	フライドポテト (チーズ) 牛乳 (おやつ)	蒸しかまぼこ、大豆水煮缶、豚ひき肉、すけとうだら、粉チーズ、牛乳	干しひじき、にんじん、れんこん、さやいんげん、にら、しょうが、にんにく、だいこん、えのきたけ、長ねぎ	半つき米、なたね油、砂糖、麦みそ、いりごま、じゃがいも	料理酒、みりん風調味料、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし
18	火	コーンバターご飯 ちくわと野菜の煮物 みそ汁 (かき玉) ヨーグルト(3歳未満児は午前おやつで提供いたします)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	焼き竹輪、鶏もも肉、卵、油揚げ、ヨーグルト、スキムミルク	スイートコーン、だいこん、にんじん、干しいたけ、れんこん、さやいんげん、たまねぎ、にら	半つき米、有塩バター、なたね油、砂糖、麦みそ、ミルクココア	うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、料理酒、みりん風調味料、煮干しだし、麦茶、クラッカー
19	水	鶏南蛮うどん キャベツの甘酢和え くだもの	しそおにぎり 麦茶	鶏もも肉、ベーコン、しらす干し	たまねぎ、にんじん、干しいたけ、ほうれんそう、キャベツ、さやいんげん、なつみかん、大葉	うどん、なたね油、砂糖、半つき米、いりごま	かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、穀物酢、麦茶、ゆかり
20	木	ごはん 鮭のタルタルソースかけ きゅうりの昆布和え みそ汁 (かぼちゃ)	グリーンコープのおやつ ミルク	さけ、卵、焼き竹輪、油揚げ、スキムミルク	たまねぎ、バセリ、きゅうり、りょくとうもやし、にんじん、塩昆布、かぼちゃ、にら	半つき米、薄力粉、なたね油、マヨネーズ、いりごま、麦みそ	食塩、料理酒、穀物酢、こしょう、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、クラッカー
21	金	ごはん なすと豚肉のみそ炒め すまし汁 (豆腐)	フレンチトースト (オレンジ風味) 麦茶	豚もも肉、木綿豆腐、卵、牛乳	なす、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、ぶなしめじ、こまつな、オレシージュース	半つき米、なたね油、麦みそ、砂糖、食パン、マーガリン	みりん風調味料、こいくちしょうゆ、料理酒、かつお・昆布だし、うすくちしょうゆ、麦茶
22	土	ごはん えびと野菜の卵とじ そらまめ みそ汁 (じゃがいも)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	えび、卵、厚揚げ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、チンゲンサイ、そらまめ、わかめ、だいこん	半つき米、ごま油、砂糖、マヨネーズ、じゃがいも、麦みそ、ミルクココア	鶏がらだし、料理酒、みりん風調味料、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、せんべい
24	月	ごはん 麻婆豆腐 中華スープ	牛乳寒天 麦茶	木綿豆腐、豚ひき肉、ロースハム、牛乳	たまねぎ、にんじん、干しいたけ、にら、にんにく、しょうが、たけのこ、えのきたけ、こねぎ、アガー、みかん缶	半つき米、なたね油、砂糖、緑豆はるさめ	豆みそ、こいくちしょうゆ、中華だし、うすくちしょうゆ、鶏がらだし、麦茶、水
25	火	ロールパン ボークビーンズ ポイルブロッコリー コンソメスープ ツナごぼうごはん	グリーンコープのおやつ ミルクココア	豚もも肉、大豆水煮缶、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、ホールトマト缶、ブロッコリー、キャベツ、セロリ、オクラ、スイートコーン	ロールパン、じゃがいも、マーガリン、砂糖、ミルクココア	トマトケチャップ、中濃ソース、こいくちしょうゆ、食塩、ごまドレッシング、コンソメ、うすくちしょうゆ、麦茶、クラッカー
26	水	ツナごぼうごはん ふくさ卵 もやしのさっぱり和え みそ汁 (なす)	ココア蒸しパン 麦茶	ツナ、卵、鶏ひき肉、かにかま、牛乳	ごぼう、えだまめ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ほうれんそう、きゅうり、りょくとうもやし、わかめ、なす、えのきたけ、長ねぎ、レーズン	半つき米、砂糖、なたね油、いりごま、麦みそ、ホットケーキミックス	うすくちしょうゆ、本みりん、かつおだし、食塩、こいくちしょうゆ、ほん酢しょうゆ、煮干しだし、麦茶、ビュアココア
27	木	ごはん あじのかば焼き やさしい梅肉和え すまし汁 (もずく)	グリーンコープのおやつ ミルク	あじ、木綿豆腐、スキムミルク	キャベツ、切干しいたけ、きゅうり、にんじん、大葉、梅ひしお、もずく、オクラ	半つき米、薄力粉、なたね油、砂糖	料理酒、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、うすくちしょうゆ、麦茶、クラッカー
28	金	シーフードトマトカレー かぼちゃのマリネ くだもの	フライドポテト (チーズ) 牛乳 (おやつ)	えび、ごういか、ツナ、粉チーズ、牛乳	たまねぎ、にんじん、なす、ズッキーニ、ホールトマト缶、にんにく、かぼちゃ、まいたけ、青ピーマン、ゴールドデンキウイ	半つき米、なたね油、砂糖、じゃがいも	カレールー、すし酢、うすくちしょうゆ、麦茶
29	土	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 あかだし (さといも)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	厚揚げ、豚ひき肉、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、たけのこ、グリーンピース、なめこ、わかめ	半つき米、なたね油、砂糖、かたくり粉、さといも、麦みそ、ミルクココア	うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、みりん風調味料、煮干しだし、豆みそ、麦茶、せんべい

- ★3歳未満児の午前おやつは「グリーンコープのおやつ」と麦茶を提供いたします。
- ★離乳食は別途、個々の段階に応じたメニューになります。
- ★食物アレルギーをお持ちのお子さんは、医師の指示に応じたメニューになります。
- ★延長保育のおやつ (グリーンコープ等) については、18時以降の延長保育ご利用のお子さんを対象としています。
- ★給食、おやつに関する心配、質問等がございましたら、ご遠慮なく給食室の方へお立ち寄りください。
- ★当園のご飯は五分つき無農薬米を使用しています。
- ★天候不良等により季節の食材が変更になる場合があります。その際には、玄関掲示にてお知らせ致します。

6月の旬の食材

- <野菜> さやいんげん、セロリ、かぼちゃ、きゅうり、そらまめ、とうもろこし、オクラ、グリーンピース
- <果物> なつみかん、びわ、メロン、すいか、キウイ
- <魚介> きす、あゆ、かんぱち、あじ、たこ

「グリーンコープのおやつ」は以下の商品を使用します。
入荷状況により、その他の商品を使用する場合もございます。ご了承ください。

- ・ベジタブルスティック ・ひと口揚げせん ・小魚せんべい ・えびしお ・ごまスティック
- ・つなごぼう ・動物ぼうろ ・うの花クッキー ・ビスケット ・さくともろこし ・星せんべい
- ・おにぎりせんべい ・ごぼうせんべい ・ペビードーナツ ・サラダせんべい ・クラッカー