

2018年6月予定献立表

尾山台保育園

曜	日	昼食	材料名	乳児対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕食	材料名
月	11 25	魚の海苔味噌焼き 豆腐コーンサラダ ごはん じゃがいもとほうれん草の味噌汁	魚・味噌・マヨネーズ(卵無し)・青のり 豆腐・きゅうり・トマト・コーン缶・油・塩・酢・醤油・砂糖 胚芽米・きび・発芽玄米 じゃがいも・玉葱・人参・ほうれん草・味噌・煮干し	酢抜き	おからケーキ おから・レーズン・小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 バター・牛乳 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	かりんとう せんべい 麦茶	ミートソーススパゲッティ 南瓜焼き スープ	パスタ・合挽き肉・玉葱・人参・乾椎茸・トマト缶・ケチャップ・パセリ・油・塩・粉チーズ かぼちゃ・油・塩 野菜・かつおだし・醤油・塩
火	12 26	中華風オムレツ アスパラトマトサラダ ごはん 油揚げともやしの味噌汁	鶏卵・鶏肉・春雨・たけのこ・長ねぎ・生椎茸・人参・生姜・塩・砂糖・醤油・酒・かつおだし・油 トマト・きゅうり・アスパラ・醤油・酢・砂糖・油 胚芽米・きび・発芽玄米 油揚げ・もやし・玉葱・青菜・わかめ・味噌・煮干し	酢抜き	大学芋 さつまいも・油・砂糖・醤油・黒ごま くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	クッキー せんべい 麦茶	鶏肉となすの甘酢炒め きゅうりのごま和え ごはん 味噌汁	鶏肉・酒・しょうが・片栗粉・茄子・玉葱・人参・ピーマン・油・醤油・酢・砂糖・ケチャップ きゅうり・塩・醤油・白ごま 胚芽米・きび 野菜・かつおだし・味噌
水	13 27	松風焼き 小松菜と人参のソテー ごはん アーサー汁(沖縄県)	鶏肉・豚肉・玉葱・長ねぎ・パン粉(卵無し)・味噌・生姜・白ごま・油 小松菜・もやし・人参・油・塩 胚芽米・きび・発芽玄米 豆腐・万能ねぎ・あおさ・醤油・塩・かつおだし		梅じゃこごはん 胚芽米・きび・梅干し・大葉・しらす くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	ふかしいも 麦茶	いり豆腐 もやしナムル ごはん 味噌汁	豆腐・鶏肉・人参・長ねぎ・ごぼう・絹さや・乾椎茸・塩・砂糖・みりん・醤油・油 もやし・きゅうり・人参・醤油・塩・ごま油・白ごま 胚芽米・きび 野菜・かつおだし・味噌
木	14 28	豆腐のつくね揚げ きゅうりとわかめの酢の物 ごはん 茄子の味噌汁	豆腐・鶏肉・人参・万能ねぎ・ひじき・パン粉(卵無し)・片栗粉・醤油・塩・かつおだし・油 きゅうり・キャベツ・わかめ・しらす・酢・砂糖・醤油・塩 胚芽米・きび・発芽玄米 茄子・玉葱・みょうが・青菜・味噌・煮干し	酢抜き	南瓜蒸しパン かぼちゃ・小麦粉・全粒粉・ベーキングパウダー 砂糖・油・牛乳・豆乳 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	ラスク せんべい 麦茶	魚のムニエル 野菜のうま煮 ごはん 味噌汁	魚・塩・小麦粉・バター・パセリ 里芋・大根・人参・いんげん・油・塩・醤油・酒・みりん・砂糖・白ごま 胚芽米・きび 野菜・かつおだし・味噌
金	15 29	鯉のなべ照り焼き 春キャベツのゆかり和え ごはん 田舎汁	かつお・生姜・醤油・みりん・砂糖・酒・かつおだし キャベツ・きゅうり・人参・ゆかり・醤油・塩・かつおだし 胚芽米・きび・発芽玄米 豆腐・油・かぼちゃ・人参・ごぼう・万能ねぎ・味噌・煮干し		水無月(京都府) クラッカー付き 小麦粉・上新粉・砂糖・水・甘納豆 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	クッキー せんべい 麦茶	牛丼 大根サラダ スープ	胚芽米・きび・牛肉・白滝・玉葱・生椎茸・醤油・酒・みりん・砂糖・かつおだし 大根・人参・コーン缶・小松菜・ごま油・砂糖・酢・醤油 野菜・かつおだし・醤油・塩
土	2 16 30	冷やし肉うどん じゃがいもナムル くだもの	干めん・鶏肉・砂糖・醤油・長ねぎ・人参・青菜・昆布・酒・みりん・かつおだし じゃがいも・きゅうり・人参・白ごま・ごま油・酢・砂糖・醤油・塩 くだもの		パン パン くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	菓子 麦茶		
月	4 18	パンプキンカレー きゅうりのピクルス ミネストローネ	胚芽米・きび・発芽玄米・豚肉・かぼちゃ・玉葱・茄子・にんにく・生姜・油・バター・小麦粉 カレー粉・ウスターソース・ケチャップ・塩・牛乳 きゅうり・酢・砂糖・塩・かつおだし マカロニ・玉葱・人参・セロリ・トマト缶・青菜・みりん・塩・かつおだし	ひき肉 酢抜き	小倉クリームサンド(愛知県) 食パン・生クリーム・砂糖・小豆 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	かりんとう せんべい 麦茶	田舎うどん さつまいもの金平 くだもの	干めん・豚肉・かぼちゃ・キャベツ・人参・長ねぎ・生椎茸・青菜・味噌・醤油・かつおだし さつまいも・人参・いんげん・砂糖・みりん・醤油・油 くだもの
火	5 19	ツナ入り卵焼き いんげんのソテー ごはん 大根と玉葱の味噌汁	鶏卵・ツナ缶・キャベツ・玉葱・人参・塩・かつおだし・チーズ・油 いんげん・もやし・玉葱・人参・コーン缶・塩・バター 胚芽米・きび・発芽玄米 大根・玉葱・人参・青菜・わかめ・味噌・煮干し		きつねうどん 干めん・鶏肉・油揚げ・生椎茸・キャベツ・人参 長ねぎ・青菜・塩・酒・醤油・かつおだし くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	クッキー せんべい 麦茶	魚のトマト煮 コールスローサラダ ごはん スープ	魚・玉葱・トマト缶・ケチャップ・パセリ・塩・かつおだし キャベツ・きゅうり・人参・コーン缶・油・酢・蜂蜜・塩 胚芽米・きび 野菜・かつおだし・醤油・塩
水	6 20	魚の立田揚げ ひじき高野煮 ごはん キャベツとアスパラの味噌汁	魚・醤油・酒・生姜・片栗粉・油 こんにやく・高野豆腐・ひじき・人参・絹さや・醤油・砂糖・みりん・かつおだし 胚芽米・きび・発芽玄米 キャベツ・アスパラ・玉葱・人参・味噌・煮干し		コーンポテト じゃがいも・コーン缶・バター・塩 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	ふかしいも 麦茶	豆腐のカニあん 小松菜もやし和え ごはん 味噌汁	豆腐・小麦粉・油・長ねぎ・人参・生椎茸・カニ缶・片栗粉・塩 小松菜・もやし・人参・醤油・砂糖・かつおだし 胚芽米・きび 野菜・かつおだし・味噌
木	7 21	豆腐の五味味噌炒め ほうれん草のお浸し ごはん えのきの味噌汁	豆腐・豚肉・人参・玉葱・ピーマン・たけのこ・乾椎茸・生姜・にんにく・油・味噌・醤油・酒・砂糖・片栗粉・ごま油 ほうれん草・もやし・人参・醤油・かつおだし 胚芽米・きび・発芽玄米 えのき・玉葱・人参・青菜・わかめ・味噌・煮干し		味ぶかし(福島県) 胚芽米・きび・もち米・鶏肉・人参・ごぼう・乾椎茸 昆布・酒・醤油・塩 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	クッキー せんべい 麦茶	鶏そぼろ丼 わかめとコーンのサラダ 味噌汁	胚芽米・きび・鶏肉・醤油・酒・みりん・砂糖・水・海苔 わかめ・キャベツ・トマト・コーン缶・醤油・塩・酢・砂糖・油 野菜・かつおだし・味噌
金	8 22	タンダリーチキン じゃがいもの炒め煮 ごはん 豆腐とわかめの清汁	鶏肉・じゃがいも(乳児のみ)酒(乳児のみ)・醤油(乳児のみ)・玉葱・ヨーグルト・カレー粉・塩 じゃがいも・玉葱・人参・絹さや・油・砂糖・醤油 胚芽米・きび・発芽玄米 豆腐・生椎茸・わかめ・青菜・醤油・塩・かつおだし	肉団子	はちみつレーズンパン ホットケーキミックス・ベーキングパウダー・ヨーグルト 牛乳・はちみつ・レーズン くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	クッキー せんべい 麦茶	魚の南部焼き 野菜ソテー ごはん 味噌汁	魚・みりん・味噌・白ごま キャベツ・もやし・玉葱・人参・ピーマン・塩・醤油・油 胚芽米・きび 野菜・かつおだし・味噌
土	9 23	茄子入りそうめん ゆで空豆 くだもの	冷麦・鶏肉・油揚げ・茄子・人参・青菜・乾椎茸・醤油・みりん・酒・塩・かつおだし 空豆・塩 くだもの		パン パン くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	菓子 麦茶		

* 0才のみ9:30に朝の牛乳があります。

* 幼児 エネルギー562kcal たんぱく質21.1g

脂質17.6g カルシウム231mg

* 夕食は、多少献立の変更があるかもしれませんのでご了承ください。