



6月予定および献立表



2021年5月20日
彩都宿久庄敬愛保育園

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	火		ビビンバ ●しゅうまい ビーフンスープ	牛肉、もやし、人参、ほうれん草 しゅうまい ビーフン、玉葱、干椎茸、青梗菜、ごま	フルーツゼリー ●ビスケット ●牛乳
2	水		鯖の西京焼き/添野菜 厚揚げと野菜の煮物 すまし汁	さわら、味噌/ほうれん草 厚揚げ、人参、玉葱、じゃが芋、いんげん かまぼこ、えのき、ねぎ	●ジャムサンド ●牛乳
3	木	シーツ交換	豚肉と野菜の味噌炒め 中華風酢の物 クリームコーンのスープ	豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン かにかま、もやし、胡瓜、人参、コーン クリームコーン、玉ねぎ、ねぎ	フライドポテト ●牛乳
4	金		●クリームスパゲティ ツナサラダ ゼリー	スパゲティ、鶏肉、ほうれん草、玉葱、しめじ、ルウ、牛乳 ツナ、キャベツ、きゅうり、コーン ミニゼリー	おにぎり
5	土	保育参観 (なかよし会)			
6	日				
7	月	むし歯予防 DAY	鶏のマリネ焼き ★マカロニサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉ねぎ、パプリカ マカロニ、人参、ハム、きゅうり、マヨネーズ キャベツ、じゃがいも、パセリ	●フルーツヨーグルト せんべい
8	火		豚丼 ごま味噌和え すまし汁	豚肉、玉ねぎ、しらたき、ねぎ ほうれん草、白菜、人参、ごま、味噌 豆腐、かまぼこ、三つ葉	●コロケ ●牛乳
9	水		わかめご飯 / 鮭の塩焼き 酢の物 味噌汁	わかめ 鮭、塩 きゅうり、大根、人参、ごま 玉ねぎ、油揚げ、ねぎ	●ホイップサンド ●牛乳
10	木	内科検診	炊込みかしわ酢飯 ひじき煮 具だくさん汁	鶏肉、人参、油揚げ、牛蒡、絹さや ひじき、人参、竹輪、しらたき、いんげん 白菜、大根、人参、油揚げ、ねぎ	玄米おにぎり
11	金	E~たいむ	豚肉のケチャップソテー じゃことひじきのサラダ きのこスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、エリンギ キャベツ、ひじき、パプリカ、ちりめんじゃこ 玉ねぎ、しめじ、えのき、パセリ	●黒糖蒸しパン ●牛乳
12	土	家庭の日	●カレーピラフ ★コーンサラダ ●南瓜ポタージュ	鶏肉、玉葱、人参、いんげん、カレー粉、バター キャベツ、胡瓜、コーン、マヨネーズ 南瓜、玉葱、牛乳、バター	マカロニきな粉 ●牛乳
13	日				
14	月		鶏の照り焼き/添野菜 大豆サラダ 味噌汁	鶏肉 / もやし 大豆、人参、キャベツ、ちりめんじゃこ 油揚げ、大根、ねぎ	●お麩ラスク ●牛乳
15	火		★●鯛のムニエルタルソース ハムサラダ オニオンスープ	鯛、小麦粉、バター/卵、玉葱、マヨネーズ ハム、キャベツ、コーン、きゅうり 玉ねぎ、コーン、パセリ	★●ツナマヨパン ●牛乳
16	水		筑前煮 酢味噌和え すまし汁	鶏肉、ごぼう、人参、蓮根、蒟蒻、干椎茸 竹輪、イカ、きゅうり、人参 えのき、わかめ、三つ葉	●マシュマロおこし ●牛乳

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
17	木	誕生会 シーツ交換	●チキンカレー コールスローサラダ フルーツ	鶏肉、玉葱、人参、じゃが芋、ルウ キャベツ、コーン、人参、レーズン 黄桃	★●バースデーケーキ ●牛乳
18	金	E~たいむ	豚肉のしぐれ煮 お浸し 味噌汁	豚肉、ごぼう、玉葱、人参、しらたき、いんげん 小松菜、白菜、竹輪 南瓜、もやし、ねぎ	●アメリカンドッグ ●牛乳
19	土		炒飯 ナムル 中華スープ / フルーツ	豚肉、人参、小松菜、ごま、ねぎ ほうれん草、もやし、人参、ごま油 豆腐、コーン、ごま / オレンジ	★●フレンチトースト ●牛乳
20	日				
21	月		鶏の唐揚げ/添野菜 切干大根煮 味噌汁	鶏肉、小麦粉、片栗粉 / ミニトマト 切干大根、人参、白滝、平天、いんげん わかめ、えのき、ねぎ	●シリアルクッキー ●牛乳
22	火		ゆかりご飯/鯛の野菜あん キャベツとみかんのサラダ 味噌汁	ゆかり/鯛、玉ねぎ、人参 キャベツ、胡瓜、みかん缶、レーズン 玉ねぎ、しめじ、ねぎ	●シュガートースト ●牛乳
23	水	歯科検診	ラーメン 春巻き ●チーズ	中華麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参 春巻き キャンディチーズ	かやくご飯
24	木		肉じゃが 胡麻和え 味噌汁	牛肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、しらたき キャベツ、竹輪、人参、ごま 油揚げ、もやし、ねぎ	●プリン クラッカー ●牛乳
25	金	E~たいむ	●ハヤシライス シーフードサラダ フルーツ	牛肉、玉ねぎ、人参、エリンギ、ルウ エビ、いか、キャベツ、コーン りんご	おはぎ ●牛乳
26	土	家庭の日	焼きそば風スパゲティ ブロッコリーサラダ 味噌汁	スパゲティ、豚肉、竹輪、キャベツ、人参、もやし ブロッコリー、人参、キャベツ 豆腐、玉葱、ねぎ	ちんすこう ●牛乳
27	日				
28	月		鶏肉のノルウェー風/添野菜 じゃこサラダ 味噌汁	鶏肉、片栗粉、ケチャップ / ブロッコリー ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、人参 えのき、豆腐、ねぎ	★●小松菜の蒸し ケーキ ●牛乳
29	火	避難訓練	★冷やしうどん 薩摩芋と竹輪の天ぷら ゼリー	うどん、ツナ、胡瓜、トマト、錦糸卵 さつまいも、竹輪、天ぷら粉 ミニゼリー	中華おこわ
30	水		鯖の味噌煮/添野菜 磯和え ★かき玉汁	鯖、味噌 / キャベツ、ゆかり ほうれん草、白菜、人参、刻みのり 卵、玉ねぎ、三つ葉	●きなこ揚げパン ●牛乳

・6・7・8月は、衛生上、毎週土曜日給食です。

・献立内容は、仕入れ等の状況により、若干変更する場合があります。

・かまぼこ、ちくわ、かにかまなどの練り製品や、食肉加工品(ハム、ウインナー、ベーコン)は、卵・乳・小麦不使用のものを使用しています。

・アレルギー対応をされているお子さんで変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	568	21.3	15.8	225	2.3	259	0.32	0.36	23	3.6	1.6未満
平均	603	22.3	16.7	223	2.2	244	0.34	0.41	21	3.6	1.5