

# こんだてひょう

2019年度 6月

ひ に ち	よ う び	しゅしよく	おかず	さんしょくぶんるい			10じおやつ	3じおやつ
				ちやにくになる	ねつやちからになる	ちようしをどとのえる		
1	土	ごはん	とりにくのバーベキューソース焼き まっくろくろすけサラダ しめじとウインナーのスープ パイナップル	とりにく ハム ウィ ンナー	こめ サラダあぶら さとう ごまあぶら	にんにく しょうが だまねぎ にんじん きゅうり だいこん	ビスケット	にしよせんべい (1才児…ごませんべい) きゅうにゅう
3	月	カレーライス	ポイルウインナー パナナ ぎゅうにゅう	ぶたにく ウィンナー ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも カ レール	にんじん たまねぎ パナナ	しおせんべい (1才児…やわらかせんべい)	サブレ
4	火	バターロール	さけのごまマヨネーズ焼き やきにくサラダ オニオンスープ きゅうにゅう	こなチーズ さけ ぶ たにく きゅうにゅう	バターロール マヨ ネーズ ごま さとう ごまあぶら	たまねぎ にんじん きゅうり キャベツ にんにく パセリ	ビスケット	えびせんべい
5	水	ごはん	とりにくのさっぱりキャベツのいそがあえ みそしる	とりにく みそ とう ふ	こめ さとう ごま	にんにく しょうが にんじん きゅうり キャベツ のり	クリームサンドクラッカー	あんぱん きゅうにゅう
6	木	にゅうめん	とりにくのたつたあげ わかめサラダ ぎゅうにゅう	とりにく ハム ぎゅ うにゅう	そうめん サラダあぶ ら ごま さとう こ まあぶら	こねぎ わかめ にん じん きゅうり	あまからせんべい (1才児…いわしせんべい)	おにぎり
7	金	ごはん	ぶたにくとなすのみそいため ポテトサラダ とうがンスープ キウイフルーツ	ぶたにく みそ ハム とりにく	こめ ごまあぶら さ とう じゃがいも マ ヨネーズ かたくりこ	にんじん たまねぎ なす きゅうり コー ン ししいだけ	しおせんべい (1才児…やわらかせんべい)	プリン ぎゅうにゅう
8	土	ごまごはん	マーボーとうふ シーフードサラダ にらたまスープ	ぶたにく みそ とう ふ えび たまご	こめ ごま サラダあ ぶら かたくりこ こ まあぶら さとう	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ほししいだけ	えびせんべい	クリームサンドビスケット きゅうにゅう
10	月	カリカリうめごはん	とりにくとだいこんのもの オクラのおかかあえ おすいもの	とりにく あつあげ かつおぶし とうふ	こめ さとう みりん	にんじん だいこん オクラ わかめ	ビスケット	ふかしもち ぎゅうにゅう
11	火	ごはん	しろみざかなのバターじょうゆ焼き だいこんサラダ こんさいじる すいか	かじき ハム みそ	こめ こむぎこ バ ター ごま さとう ごまあぶら	にんじん きゅうり だいこん ごぼう れ んこん しょうが	しおせんべい (1才児…やわらかせんべい)	ホットケーキ ぎゅうにゅう
12	水	バターロール	ポーキピカタ エリンギとアスパラのソテー コンソメスープ きゅうにゅう	ぶたにく たまご ベーコン きゅうにゅ う	バターロール こむぎ こ サラダあぶら バ ター	パセリ アスパラガス エリンギ コーン に んじん たまねぎ	ビスケット	きなごせんべい (1才児…わかめせんべい)
13	木	あぶたまどん	あじつきごさかな キャベツのあさづけ ゼリー	あぶらあげ なた たまご	こめ さとう かた くりこ ゼリー	ながねぎ こねぎ の り にんじん きゅう り キャベツ	チーズサンドクラッカー	パナナ ぎゅうにゅう
14	金	にこみふううどん	きゅうりとちくわのごますあえ メロン ぎゅうにゅう	とりにく たまご ち くわ きゅうにゅう	うどん ごま さとう	にんじん ながねぎ ごまつな きゅうり メロン	しょうゆせんべい (1才児…ごませんべい)	おにぎり
15	土	ふりかけごはん	ホイコーロー かぼちゃのあまに だいこんとささみのスープ	ぶたにく とりにく かつおぶし	こめ ごまあぶら さ とう	にんにく にんじん ながねぎ ビーマン キャベツ かぼちゃ	しおせんべい (1才児…やわらかせんべい)	クッキー ぎゅうにゅう
17	月	ハムピラフ	クリームシチュー ブロッコリーのマリネ もものかんづめ	ハム とりにく きゅ うにゅう	こめ サラダあぶら バター じゃがいも さとう	にんじん たまねぎ コーン グリンピース パセリ ブロッコリー	ふがし	きなごだんご (乳児…ビスケット) ぎゅうにゅう
18	火	えだまめごはん	しろみざかなのみぞれあんかけ いんげんのごまあえ とんじる	かじき ぶたにく み そ とうふ	こめ かたくりこ サ ラダあぶら さとう ごま こんにやく	えだまめ だいこん にんじん さやいんげ ん ごぼう ながねぎ	あまからせんべい (1才児…やわらかせんべい)	メロンパン ぎゅうにゅう
19	水	ごはん	とりにくのてりやき ひじきのものに かきたまじる	とりにく あぶらあげ たまご	こめ さとう ごまあ ぶら ごま かたくり こ	にんじん ひじき さ やいんげん ししいた け みつば	ビスケット	あまからせんべい (1才児…いわしせんべい) ぎゅうにゅう
20	木	さくらえびやきそば	かたぬきチーズ オレンジ ぎゅうにゅう	ぶたにく さくらえび ぎゅうにゅう	サラダあぶら ちゅう かめん ソース	にんじん たまねぎ もやし キャベツ あ おのり オレンジ	クッキー	いなりずし
21	金	しょくパン (ジャム)	とりだんごのスープに ほうれんそうときのこのサラダ パイナップル とうにゅう	とりにく たまご ベーコン	しょくパン ジャム かたくりこ はるさめ ごまあぶら	しょうが にんじん ししいたけ ながねぎ はくさい たまねぎ	しおせんべい (1才児…えびせんべい)	ミルクプリン
22	土	ごはん	すどり だいこんナムル ちゅうかコンスープ	とりにく ぶたにく たまご	こめ さとう かた くりこ ごまあぶら こ ま	にんじん たまねぎ ほししいたけ パフリ カ ビーマン	ゴフレット	まめせんべい (1才児…ごませんべい) ぎゅうにゅう
24	月	こまつなチャーハン	わかめスープ パナナ ぎゅうにゅう	たまご ハム とうふ ぎゅうにゅう	ごまあぶら こめ こ ま	ながねぎ こまつな わかめ パナナ	しょうゆせんべい (1才児…やわらかせんべい)	むしぼん
25	火	ひじきごはん	あつやきたまご ちくせんに いわしのつみれじる すいか	あぶらあげ たまご とりにく ちくわ さ つまあげ つみれ	こめ ごまあぶら さ いとう ごまにやく か たくりこ	にんじん ひじき だ いこん ごぼう れん こん ほししいたけ	サブレ	しおせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう
26	水	いりこなめし	スタミナやきにく やきとうもろこし レタスのちゅうかスープ ジュース	いりこ ぶたにく と りにく	こめ サラダあぶら とうもろこし かた くりこ ごまあぶら	にんにく しょうが にんじん たまねぎ にら えのきたけ	ウエハース	ロールケーキ
27	木	なすミートスパゲティ	いわしスティック もやしのごまサラダ メロン きゅうにゅう	ぶたにく こなチー ズ きゅうにゅう	スパゲティ サラダあ ぶら ごま さとう ごまあぶら	しょうが にんにく にんじん たまねぎ ほししいたけ なす	しおせんべい (1才児…わかめせんべい)	おにぎり
28	金	ミルクパン	さけのこうみソースがけ マカロニサラダ なつやさいスープ きゅうにゅう	さけ ハム とりにく ぎゅうにゅう	ミルクパン かたくり こ サラダあぶら さ いとう ごま マカロニ	ながねぎ にんじん きゅうり コーン た まねぎ トマト	ビスケット	キウイフルーツ
29	土	ごはん	ハンバーグ ジャーマンポテト ミニトマト とうにゅうスープ	ぶたにく きゅうにゅ う たまご ベーコン	こめ パンこ サラ ダあぶら じゃがいも とうにゅう	たまねぎ にんにく パセリ ミニトマト にんじん はくさい	クリームサンドビスケット	しおせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります

☆水筒を毎日忘れずに持参下さい

☆10時おやつは1・2才児のみ提供します

☆延長保育用おやつは別途あります

