

6月 予定献立表

平成27年6月 志村さかした保育園

日付	乳児午前 おやつ	給食	おやつ	使用している食材	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)
1(一)	おかし	ご飯 さわらの香味焼き 果物	マーブルケーキ	さわら、ねぎ、しょうが、すりごま、醤油、みりん、小麦粉、BP、バター、牛乳、ココア、だし煮干し、三温糖	幼 579	23.2
	牛乳	切り干し大根の煮物 豆腐の味噌汁	牛乳	玉ねぎ、大根、わかめ、豆腐、葉ねぎ、味噌、切り干し大根、人参、白滝、油揚げ、えのき、さつま揚げ	乳 539	21.6
2(二)	果物	豚汁うどん かぼちゃの煮物	カレーピラフ	ねぎ、人参、大根、ごぼう、葉ねぎ、豚肉、油揚げ、だしかつお、だし昆布、味噌、塩、油	幼 524	19.7
	牛乳	ひじきのサラダ 果物	牛乳	かぼちゃ、玉ねぎ、ピーマン、豚肉、キャベツ、きゅうり、コーン、ひじき、醤油、三温糖、酢	乳 492	18.8
3(三)	おかし	わかめご飯 豆腐ハンバーグ 果物	揚げパン	木綿、玉ねぎ、人参、ひじき、鶏ひき、パン粉、牛乳、ゼラチン、塩、三温糖、ケチャップ、ソース、コッパン、きな粉	幼 536	23.2
	牛乳	野菜の胡麻和え 田舎風味味噌汁	牛乳	いんげん、きゅうり、黄パプリカ、黒すりごま、醤油、ねぎ、大根、じゃが芋、豚肉、葉ねぎ、だし煮干し、味噌	乳 504	21.7
4(四)	果物	パンキンパン チキンカツ 果物	ツナおにぎり	鶏むね、小麦粉、パン粉、ソース、ケチャップ、三温糖、ねぎ、人参、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、塩	幼 605	27.2
	牛乳	ブロッコリーサラダ 大根のスープ	牛乳	ブロッコリー、人参、きゅうり、アスパラ、コーン、醤油、オリーブオイル、酢、ツナ、大根、豚肉、干し椎茸	乳 567	24.8
5(五)	おかし	ハヤシライス かぶの甘酢和え	煮込みそうめん	玉ねぎ、人参、じゃが芋、豚肉、トマトピューレ、トマトジュース、バター、小麦粉、ケチャップ、ねぎ、鶏ひき	幼 564	21.5
	牛乳	しめじのスープ 果物	牛乳	かぶ、きゅうり、キャベツ、黄パプリカ、小松菜、キャベツ、しめじ、豚肉、えのき、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、醤油、塩	乳 527	20.3
6(六)	おかし	鶏肉丼 大根サラダ	おかし	人参、しめじ、鶏もも、にんにく、生姜、ごま、醤油、三温糖、油、片栗粉、味噌、葉ねぎ	幼 546	23.6
	牛乳	もやしの味噌汁 果物	牛乳	大根、きゅうり、黄パプリカ、ツナ、酢、ごま油、ねぎ、もやし、えのき、だしかつお、だし昆布	乳 500	20.7
8(一)	おかし	五目ご飯 豆腐のあんかけ 果物	ジャムサンド	玉ねぎ、えのき、豚ひき、豆腐、だしかつお、だし昆布、三温糖、ごま油、ひじき、ごぼう、ブルーベリー	幼 574	26.5
	牛乳	もやしの海苔和え キャベツの味噌汁	牛乳	もやし、人参、きゅうり、しらす、のり、ごま、酢、竹の子、鶏ひき、キャベツ、ねぎ、油揚げ、小松菜、味噌	乳 535	24.3
9(二)	果物	醤油ラーメン 鶏と大根のうま煮	わかめおにぎり	ねぎ、人参、もやし、ニラ、干し椎茸、豚バラ、鶏皮、にんにく、生姜、醤油、塩、ごま油、だしかつお	幼 621	23.4
	牛乳	キャベツのサラダ 果物	牛乳	鶏もも、大根、キャベツ、きゅうり、黄パプリカ、しらす、ごま、三温糖、酢、だし昆布、わかめ、ごま	乳 570	21.8
10(三)	おかし	焼肉丼 温野菜サラダ	黒糖ドーナツ	豚肉、玉ねぎ、人参、もやし、ほうれん草、ごま、三温糖、醤油、ごま油、塩、みりん、小麦粉、BP、黒糖	幼 587	21.8
	牛乳	中華風コーンスープ 果物	牛乳	じゃが芋、キャベツ、黄パプリカ、きゅうり、ねぎ、コーン、クリームコーン、わかめ、えのき、小松菜	乳 546	20.6
11(四)	果物	胚芽ロール タンドリーチキン 果物	中華おこわ	鶏もも、ヨーグルト、ケチャップ、醤油、塩、ソース、カレー粉、人参、竹の子、干し椎茸、豚肉	幼 517	28.4
	牛乳	焼き野菜のマリネ ポテトスープ	牛乳	かぼちゃ、コーン、じゃこ、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、えのき、小松菜、だしかつお、だし昆布	乳 496	25.7
12(五)	おかし	ご飯 アジフライ 果物	マカロニ洋風煮	アジ、粉パセリ、小麦粉、パン粉、ソース、ケチャップ、油、玉ねぎ、人参、大根、えのき、小松菜、お麩	幼 566	27.1
	牛乳	ひじき煮 お麩の味噌汁	牛乳	ひじき、白滝、油揚げ、さつま揚げ、いんげん、醤油、三温糖、ピーマン、豚ひき、だしかつお、味噌	乳 528	24.8
13(六)	おかし	かつ丼 ブロッコリーのナムル	おかし	豚ロース、キャベツ、小麦粉、パン粉、塩、ケチャップ、ソース、三温糖	幼 577	20.8
	牛乳	野菜の味噌汁 果物	牛乳	ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、ごま油、ねぎ、人参、大根、小松菜、だしかつお、だし昆布、味噌	乳 541	19.7
15(一)	おかし	ご飯 麻婆豆腐 果物	シュガートースト	玉ねぎ、人参、ニラ、豚ひき、木綿、にんにく、生姜、ごま油、味噌、醤油、三温糖、片栗粉	幼 516	20.6
	牛乳	もやしのナムル わかめスープ	牛乳	もやし、きゅうり、バター、ねぎ、えのき、わかめ、コーン、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、塩	乳 489	19.6
16(二)	果物	ミートソースパグエティー 果物	しらすおにぎり	玉ねぎ、人参、ピーマン、豚ひき、トマトピューレ、カットマト、トマトジュース、バター、ケチャップ、ソース、わかめ、コーン	幼 647	25.6
	牛乳	ツナサラダ コーンスープ	牛乳	キャベツ、きゅうり、ツナ、黄パプリカ、酢、オリーブオイル、しらす、ごま、ほうれん草、だしかつお、だし昆布、醤油、塩	乳 591	23.5
17(三)	おかし	ご飯 鮭の照り焼き 果物	野菜ケーキ	鮭、生姜、みりん、醤油、油、かぼちゃ、ほうれん草、BP、小麦、バター、味噌	幼 518	14.3
	牛乳	肉みそサラダ じゃが芋の味噌汁	牛乳	キャベツ、きゅうり、黄パプリカ、豚肉、玉ねぎ、人参、えのき、じゃが芋、葉ねぎ、だし煮干し	乳 490	14.5
18(四)	果物	バターロール コロッケ 果物	焼きそば	じゃが芋、玉ねぎ、コーン、豚ひき、油、小麦粉、パン粉、ソース、ケチャップ、三温糖、人参、キャベツ、もやし、豚肉	幼 537	22.0
	牛乳	トマトのサラダ キャベツのスープ	牛乳	トマト、きゅうり、ブロッコリー、アスパラ、黄パプリカ、キャベツ、玉ねぎ、小松菜、だしかつお、だし昆布、醤油、塩	乳 513	20.6
19(五)	おかし	ふりかけご飯 鶏レバーの甘辛煮	フレッククッキー	人参、しらす、油揚げ、小松菜、かつお節、ごま油、塩、鶏レバー、玉ねぎ、生姜、フレック、砂糖、レーズン、バター	幼 548	27.7
	牛乳	かぼちゃのサラダ 豚汁 果物	牛乳	かぼちゃ、きゅうり、コーン、マヨネーズ、ねぎ、大根、ごぼう、豚肉、木綿、葉ねぎ、だし煮干し、味噌	乳 514	25.2
20(六)	おかし	そばろ丼 大根のツナ和え	おかし	玉ねぎ、豚ひき、もやし、のり、油、醤油、塩、ねぎ、人参、えのき、ほうれん草、だし昆布	幼 524	21.5
	牛乳	ほうれん草の味噌汁 果物	牛乳	大根、人参、きゅうり、ツナ、黄パプリカ、酢、三温糖、ごま油、だしかつお、味噌	乳 467	18.6
22(一)	おかし	ご飯 魚のカレー粉揚げ 果物	おからケーキ	カレイ、カレー粉、塩、油、おから、小麦粉、BP、バター、砂糖、牛乳、だし昆布、味噌、あおさ	幼 549	23.4
	牛乳	小松菜のお浸し あおさの味噌汁	牛乳	小松菜、きゅうり、もやし、えのき、油揚げ、しらす、醤油、ねぎ、人参、キャベツ、葉ねぎ、だしかつお	乳 515	21.8
23(二)	果物	あんかけ焼きそば 大根の昆布和え	そばろおにぎり	玉ねぎ、人参、竹の子、椎茸、キャベツ、青梗菜、豚肉、かまぼこ、だしかつお、だし昆布、ごま油、醤油、塩	幼 594	21.9
	牛乳	春雨スープ 果物	牛乳	大根、キャベツ、きゅうり、黄パプリカ、塩昆布、ねぎ、えのき、鶏ひき、春雨、葉ねぎ、片栗粉、鶏ひき	乳 548	20.5
24(三)	おかし	ひじきご飯 豆腐のミート焼き 果物	小豆蒸しパン	豆腐、玉ねぎ、人参、ピーマン、豚ひき、チーズ、カットマト、オリーブオイル、ケチャップ、三温糖、ひじき、小麦粉	幼 635	25.8
	牛乳	ブロッコリー和え かぼちゃのスープ	牛乳	ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、しらす、ほうれん草、小豆、かぼちゃ、ねぎ、しめじ、小松菜	乳 584	23.7
25(四)	果物	食パン ささ身のフライ 果物	ピラフ	ささ身、小麦粉、パン粉、ケチャップ、ソース、三温糖、バター、人参、玉ねぎ、コーン、ピーマン、鶏肉	幼 634	29.1
	牛乳	マカロニサラダ ミネストローネ	牛乳	マカロニ、きゅうり、コーン、ツナ、マヨネーズ、キャベツ、カットマト、小松菜、だしかつお、醤油	乳 590	26.3
26(五)	おかし	カレーライス お麩のすまし汁	ジャムトースト	玉ねぎ、人参、じゃが芋、豚肉、カットマト、バター、油、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、ソース、イチゴジャム	幼 601	18.3
	牛乳	切り干し大根サラダ 果物	牛乳	切り干し大根、きゅうり、コーン、ごま油、ねぎ、えのき、大根、わかめ、お麩、小松菜、だし煮干し、味噌	乳 557	17.8
27(六)	おかし	キッズピビンバ 春雨サラダ	おかし	人参、もやし、きゅうり、豚肉、にんにく、生姜、ごま油、塩、三温糖、醤油、片栗粉	幼 575	20.0
	牛乳	ほうれん草のスープ 果物	牛乳	春雨、酢、ごま油、玉ねぎ、ほうれん草、コーン、だしかつお、だし昆布	乳 540	19.1
29(一)	おかし	冷やし中華 手作りさつま揚げ	バナナケーキ	人参、きゅうり、もやし、わかめ、黄パプリカ、鶏さきみ、だし昆布、だしかつお、醤油、ごま油、小麦粉、BP、ココア	幼 644	24.4
	牛乳	ポテトサラダ 果物	牛乳	白身すり身、ねぎ、ひじき、ごぼう、片栗粉、牛乳、バナナ、じゃが芋、ブロッコリー、コーン、じゃこ	乳 591	22.6
30(二)	果物	かたつむりご飯 ハンバーグ	フルーツゼリー	人参、玉ねぎ、鶏ひき、のり、そうめん、豚ひき、ほうれん草、チーズ、ゼラチン、ソース、ぶどう、パイナップル	幼 692	32.2
	牛乳	グリルサラダ ワンタンスープ 果物	牛乳	ねぎ、干し椎茸、ワンタンの皮、小松菜、だしかつお、だし昆布、トマト、なす、鶏肉、オレンジ、もも、寒天	乳 634	31.9

※ 仕入れの都合で献立を変更することがあります。

平均値 幼 577 23.6

※ 食べたことのない食材がありましたらご家庭で食べてみてください。

乳 537 21.9