

2023年度6月 予定献立表

ののかぜ保育園

	12.26日(月)	13.27日(火)	14.28日(水)	1.15.29日(木)	2.16.30日(金)	3.17日(土)
昼食	ごはん 米 40 手羽先風唐揚げ 鶏もも肉 55 米粉、油、醤油、塩 砂糖、ごま 塩昆布あえ キャベツ 20 きゅうり 5 にんじん 5 塩昆布 醤油、塩、ごま 味噌汁 玉ねぎ 7 なす 7 みそ、だし	わかめごはん 米 40 わかめごはんの素 あじのゆかり焼き あじ 35 ゆかり、醤油 米粉、油 ごまあえ 小松菜 20 にんじん 5 ごま 0.5 醤油、だし ねばねばスープ モロヘイヤ 5 えのき 3 おくら 3 醤油、塩、だし	夏野菜キーマ 米 50 鶏ひき肉 15 豚ひき肉 20 玉ねぎ 25 人参 10 なす 7 ピーマン 3 トマト 8 カレー粉、醤油 砂糖、ケチャップ 塩、だし コールスロー キャベツ 15 にんじん 8 きゅうり 8 とうもろこし 3 マヨドレ、塩 砂糖、酢 スープ 豆腐 5 こねぎ 2 だし、醤油、塩	ごはん 米 40 チャブチェ 豚肉 35 春雨 3 玉ねぎ 15 にんじん 10 もやし 8 しいたけ 5 にら 3 醤油、砂糖、塩 ごま油 オープン焼き かぼちゃ 30 塩、油 わかめスープ 大根 10 わかめ 1 ねぎ 2 醤油、塩、だし	ごはん 米 40 かれいのトマトソース かれい 35 トマト 8 なす 3 トマト缶 5 玉ねぎ 5 塩、砂糖、だし、油 片栗粉 おからサラダ おから 10 にんじん 10 きゅうり 10 ツナ 3 コーン 3 マヨドレ、塩 スープ キャベツ 5 にんじん 5 えのき 5 醤油、塩、だし	ごはん 米 40 鮭の塩焼き 鮭 35 塩、油、片栗粉 おからあえ ブロッコリー 20 にんじん 5 鯉節 0.2 味噌汁 大根 10 にんじん 8 ねぎ 2 醤油、塩、だし
	おやつ	かぼちゃもち 米粉 15 かぼちゃ 10 砂糖 4 油 0.2 きなこ、塩 果物 25 牛乳 100	フライドポテト じゃがいも 50 油、塩、青のり	コーン蒸しパン 米粉 20 砂糖 4 BP 0.9 豆乳 20 コーンクリーム 5 油 0.5 果物 25 牛乳 100	やきおにぎり 米 30 醤油 1 油 砂糖 果物 25 牛乳 100	よもぎ団子 上新粉 10 白玉粉 10 おから、豆腐 10 砂糖4、よもぎ0.1 きなこ、砂糖、塩 水無月(30日) 上新粉、片栗粉、小豆 砂糖 果物 25 牛乳 100

	5.19日(月)	6.20日(火)	7.21日(水)	8.22日(木)	9.23日(金)	10.24日(土)
昼食	あんかけ丼 米 50 豚肉 35 玉ねぎ 15 にんじん 8 キャベツ 15 しめじ 5 醤油、だし、塩 片栗粉 煮豆 大豆 2 昆布 醤油、砂糖 味噌汁 なめこ 8 なす 8 三つ葉 2 みそ、だし	ごはん 米 40 かじきのレモン焼き かじき 35 レモン汁 0.5 醤油、砂糖、塩 片栗粉、油、だし しらすあえ ブロッコリー 20 にんじん 5 しらす 0.5 ごま油、醤油、ごま 豚汁 豚肉 5 大根 15 人参 10 長いも 8 しめじ 5 こんにゃく 3 ねぎ 2 だし、味噌	ごはん 米 40 マーボーなす 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 なす 25 にんじん 5 ねぎ 1 しょうが 0.2 みそ、砂糖、醤油 片栗粉 もみうり きゅうり 25 塩 冬瓜汁 冬瓜 15 人参 5 鶏もも肉 5 しょうが 5 片栗粉 醤油、塩、だし	梅ごはん 米 45 梅干し からあげ 鶏もも肉 50 醤油、塩 片栗粉、油 おからあえ おくら 15 キャベツ 10 にんじん 5 鯉節 醤油、だし 味噌汁 かぼちゃ 10 小松菜 2 わかめ 1 だし、味噌	納豆ごはん 米 45 納豆 10 醤油、だし さばの竜田焼き さば 35 しょうが 0.2 醤油、米粉、油 じゃがいものきんぴら じゃがいも 20 ピーマン 3 醤油、砂糖、油 トマト トマト 20 塩 みそ汁 長いも 7 大根 5 にら 2 みそ、だし	チャーハン 米 50 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 玉ねぎ 20 にんじん 10 ねぎ 2 にら 2 醤油、塩 もみうり きゅうり 30 塩 スープ なめこ 7 わかめ 1 ねぎ 2 醤油、塩
	おやつ	じゃがいもスコーン じゃがいも 15 米粉 15 砂糖 1 BP 3 米油 4 豆乳 5 塩 0.1 果物 25 牛乳 100	しそひじきおにぎり 米 30 ひじき 0.5 ゆかり 塩、醤油、砂糖 だし	ココアケーキ 米粉 20 ココア 1 砂糖 5 BP 1 油 0.5 豆乳 25 果物 25 牛乳 100	豆乳わらびもち わらびもち粉 20 豆乳 15 砂糖 5 きなこ 2 塩 果物 25 牛乳 100	あじさいゼリー りんごジュース 20 ぶどうジュース 20 粉寒天 0.3 砂糖 1 レモン汁 ブルーベリー もも缶 果物 25 牛乳 100

※仕入れ状況によって献立に変更がある場合があります。