

2022年度6月 予定献立表

ののかぜ保育園

	13.27日(月)	14.28日(火)	1.15.29日(水)	2.16.30日(木)	3.17日(金)	4.18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、砂糖 片栗粉 トマトサラダ トマト 20 きゅうり 10 玉ねぎ 5 ツナ 3 砂糖、酢、塩、油 スープ モロヘイヤ 8 えのき 5 醤油、塩、だし	ごはん 米 40 あじのゆかり揚げ あじ 35 ゆかり 0.2 米粉、醤油、塩、油 ごまあえ 小松菜 20 にんじん 5 ごま 0.5 醤油、だし 豚汁 豚肉 5 大根 15 人参 10 さといも 8 しめじ 5 こんにゃく 3 ねぎ 2 だし、味噌	ごはん 米 40 鶏のみぞ焼き 鶏もも肉 55 みそ、砂糖、醤油 片栗粉、米油 大豆五日煮 大豆 2 にんじん 10 こんにゃく 5 昆布 1 醤油、砂糖、だし のり和え キャベツ 20 にんじん 5 のり 0.2 醤油、塩 味噌汁 大根 10 豆腐 8 こねぎ 2 だし、味噌	梅ごはん 米 45 梅干し 2 てりやきつくね 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 おから 7 玉ねぎ 20 にんじん 5 えのき 5 大葉 0.2 醤油、砂糖、だし 片栗粉 おかかあえ おくら 15 キャベツ 10 にんじん 5 鰹節 5 醤油、だし 味噌汁 さつまいも 15 小松菜 2 わかめ 1 だし、味噌	ごはん 米 40 かれいのトマトソース かれい 35 トマト 8 トマト缶 8 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 8 えのき 5 しめじ 5 醤油、塩、だし	ごはん 米 40 鮭の塩焼き 35 塩、油、片栗粉 もみうり 30 きゅうり 塩 みそ汁 大根 10 にんじん 8 油揚げ 3 ねぎ 2 醤油、塩、だし
	おやつ	じゃがいもチヂミ じゃがいも 35 片栗粉 5 米粉 5 塩、ごま油 果物 25 牛乳 100	やきおにぎり 米 30 醤油 1 油 果物 25 牛乳 100	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 コーン 5 油 0.5 果物 25 牛乳 100	かぼちゃもち 米粉 15 かぼちゃ 10 砂糖 4 油 0.2 きなこ、塩 水無月(3.0日) 上新粉、小豆 砂糖 果物 25 牛乳 100	ココアクッキー じゃがいも 30 米粉 10 片栗粉 3 ココア 0.5 BP 0.3 砂糖 4 油 4 果物 25 牛乳 100

	6.20日(月)	7.21日(火)	8.22日(水)	9.23日(木)	10.24日(金)	11.25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 じゃがいものきんぴら じゃがいも 20 にんじん 10 ピーマン 3 醤油、砂糖、油 もみうり きゅうり 20 塩 味噌汁 玉ねぎ 7 なす 7 わかめ 1 醤油、塩、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 塩昆布あえ ブロッコリー 20 塩昆布 0.3 ごま油、醤油 人参サラダ にんじん 15 レーズン 2 酢、油、塩、砂糖 味噌汁 なめこ 8 油揚げ 3 三つ葉 2 みそ、だし	ドライカレー 鶏ひき肉 50 豚ひき肉 20 玉ねぎ 25 人参 10 なす 7 ピーマン 5 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 コーン 3 マヨドレ、塩 砂糖、酢 スープ キャベツ 7 しいたけ 2 にら 2 だし、醤油、塩	ごはん 米 40 チャブチエ 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、だし 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	納豆ごはん 米 50 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 ゆかり和え キャベツ 15 きゅうり 10 ゆかり、塩 すまし汁 人参 5 えのき 5 水菜 5 もやし 5 醤油、塩、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 おかかあえ ブロッコリー 20 にんじん 5 鰹節 0.2 醤油、塩 スープ なめこ 7 わかめ 1 ねぎ 2 醤油、塩
	おやつ	黒糖蒸しパン 米粉 20 黒糖 2 砂糖 3 BP 1 油 0.5 豆乳 25 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 果物 25 牛乳 100	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	わらびもち わらびもち粉 20 砂糖 4 きなこ 2 砂糖 1 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 くちなし色素 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。