



# 6月の予定献立表

令和6年5月31日



あおい保育園

日	曜日	昼食			果物	おやつ	
		主食	副食	食		(◇は、手作りのおやつです。) 1~2歳児のみです。↓	
		●主菜 ◆副菜 ★汁物					
1	土	ご飯	●千キンライス ★キャベツスープ	鶏肉・玉葱・人参・コーン・ピーマン・ケチャップ・バター・コンソメ キャベツ・玉葱・人参・しめじ・ベーコン・コンソメ	バナナ	お菓子 牛乳	牛乳
3	月	ご飯	●照り焼きチキン ◆ひじきの酢もの ★麩の味噌汁	鶏肉・しょう油・キャベツ ひじき・小松菜・人参・かまぼこ・酢・砂糖 麩・玉葱・じゃが芋・えのき茸・水菜・いりこ・味噌	びわ	◇梅おにぎり 米・梅干し・海苔 お茶	牛乳
4	火	ご飯	●あじの南蛮揚げ ◆ほうれん草の磯和え ★じゃが芋のすまし汁	あじ・小麦粉・卵・玉葱・パセリ・マヨネーズ・ソース・ケチャップ・酢・砂糖 ほうれん草・キャベツ・人参・海苔・しょう油 じゃが芋・玉葱・葱・いりこ・しょう油	オレンジ	◇麩のラスク 麩・バター・砂糖 牛乳	牛乳
5	水	麺	●きつねうどん ◆ごぼうサラダ ★かぼちゃのおかか煮	うどん・油揚げ・かまぼこ・玉葱・人参・干し椎茸・葱・かつお節・昆布・しょう油 ごぼう・人参・水菜・ハム・ごま・マヨネーズ かぼちゃ・かつお節・しょう油・砂糖	バナナ	◇カルシウムおにぎり 米・しらす干し・小松菜・ごま お茶	牛乳
6	木	ご飯	●ドライカレー ◆ハムのコールスロー ★わかめスープ	合挽肉・玉葱・人参・レーズン・カレールウ ハム・キャベツ・人参・アスパラ・酢・サラダ油 わかめ・玉葱・えのき茸・豆腐・卵・いりこ・しょう油	メロン	◇あじさいゼリー 牛乳・ヨーグルト・生クリーム・砂糖・ゼラチン・ぶどうジュース お菓子	牛乳
7	金	パン	●畑のお肉のハンバーグ ◆かみかみサラダ ★コンソメスープ	合挽肉・水煮大豆・玉葱・卵・パン粉・ケチャップ・キャベツ 切干大根・人参・きゅうり・すめめ・ごま・マヨネーズ じゃが芋・玉葱・しめじ・人参・パセリ・コンソメ	オレンジ	◇ココアロッククッキー 小麦粉・バター・砂糖・卵・コンフレーム・ココア・レーズン 牛乳	牛乳
8	土	ご飯	●牛飯 ★けんちん汁	牛肉・ごぼう・人参・しょう油 豆腐・大根・人参・じゃが芋・干し椎茸・葱・いりこ・しょう油	バナナ	お菓子 牛乳	牛乳
10	月	麦ごはん	●豚肉の生姜煮 ◆わかめと大根の酢もの ★卵のすまし汁	豚肉・玉葱・しょう油・キャベツ わかめ・大根・人参・しらす干し・酢・砂糖 卵・玉葱・じゃが芋・小松菜・いりこ・しょう油	メロン	◇ひじきおにぎり 米・ひじき お茶	牛乳
11	火	ご飯豆	●赤魚の煮付け ◆春雨の酢もの ★かぼちゃの味噌汁	赤魚・しょう油・じゃが芋・青のり 春雨・もやし・人参・小松菜・酢・砂糖・ごま油 かぼちゃ・玉葱・わかめ・いりこ・味噌	バナナ	◇牛乳餅 牛乳・片栗粉・砂糖・きな粉 お茶	牛乳
12	水	麺	●たらこスパゲティ ◆エッグサラダ ★切干スープ	スパゲティ・たらこ・玉葱・人参・マッシュルーム・海苔・バター・しょう油 卵・キャベツ・じゃが芋・アスパラ・マヨネーズ 切干大根・人参・えのき茸・コンソメ	オレンジ	◇ビビンバおにぎり 米・牛ミンチ・小松菜・人参 お茶	牛乳
13	木	ご飯	●マーボー豆腐 ◆キャベツのおかか和え ★中華風コーンスープ	豆腐・豚挽肉・玉葱・人参・干し椎茸・葱・鶏ガラ・味噌・片栗粉 キャベツ・人参・ほうれん草・もやし・かつお節・しょう油 クリームコーン・コーン・玉葱・卵・葱・鶏ガラ・しょう油	びわ	◇餃子ピザ 餃子の皮・ベーコン・チーズ・マヨネーズ 牛乳	牛乳
14	金	ご飯	●千キンチャップ ◆大根サラダ ◆グリーンスープ	鶏肉・玉葱・ホールトマト・ケチャップ・キャベツ 大根・人参・マグロの水煮・わかめ・酢 ほうれん草・じゃが芋・玉葱・牛乳・バター・小麦粉・コンソメ	バナナ	クリームパン 牛乳	牛乳
15	土	ご飯	●鶏ごぼうご飯 ★豚汁	鶏挽肉・ごぼう・人参・しょう油 豚肉・大根・人参・さつまいも・葱・いりこ・味噌	オレンジ	お菓子 牛乳	牛乳
17	月	ご飯	●筑前煮 ◆キャベツのごまネーズ和え ★豆腐の味噌汁	鶏肉・うずら卵・ごぼう・人参・じゃが芋・いんげん・干し椎茸・しょう油 キャベツ・人参・小松菜・ひじき・ちくわ・ごま・マヨネーズ 豆腐・油揚げ・玉葱・しめじ・葱・いりこ・味噌	メロン	◇わかめおにぎり 米・わかめ 牛乳	牛乳
18	火	ご飯	●さばのカレーマヨ焼き ◆納豆和え ★かきたま汁	さば・カレー粉・マヨネーズ・キャベツ 納豆・ほうれん草・もやし・人参・かつお節・海苔・しょう油 卵・玉葱・じゃが芋・わかめ・いりこ・しょう油	オレンジ	ヨーグルト ウエハース	牛乳
19	水	ご飯	●ちゃんぽん ◆じゃが芋のきんぴら ★三色ごま和え	中華麺・豚肉・エビ・イカ・アサリ・玉葱・人参・キャベツ・葱・鶏ガラ じゃが芋・人参・ピーマン・しょう油・砂糖 小松菜・もやし・人参・ごま・しょう油	バナナ	◇ゆかりおにぎり 米・ゆかり お茶	牛乳
20	木	赤飯	●おから千キンナゲット ◆キャベツのごま酢和え ★麩のすまし汁	鶏挽肉・おから・玉葱・卵・片栗粉・コンソメ・ケチャップ キャベツ・人参・わかめ・かまぼこ・ごま・酢・砂糖 麩・玉葱・えのき茸・小松菜・いりこ・しょう油	オレンジ	◇誕生ケーキ カステラ・ホイップクリーム・メロン 牛乳	牛乳
21	金	ご飯	●豚肉の梅味噌焼き ◆ひじきの大豆煮 ◆じゃが芋のすまし汁	豚肉・梅干し・マヨネーズ・キャベツ ひじき・水煮大豆・人参・さつまいも・しょう油・砂糖 じゃが芋・玉葱・しめじ・葱・いりこ・しょう油	バナナ	◇パンまき ホットケーキミックス・サラダ油・こしあん 牛乳	牛乳
22	土	ご飯	●チャーハン ★豆腐スープ	焼き豚・卵・玉葱・葱・鶏ガラ 豆腐・玉葱・もやし・わかめ・鶏ガラ	オレンジ	お菓子 牛乳	牛乳
24	月	麦ご飯	●肉じゃが ◆キャベツの磯和え ★油揚げの味噌汁	豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・しらたき・キヌサヤ・しょう油・砂糖 キャベツ・小松菜・人参・海苔・しょう油 油揚げ・玉葱・えのき茸・わかめ・いりこ・味噌	メロン	◇鮭おにぎり 米・鮭 お茶	牛乳
25	火	ご飯	●豆腐の五目煮 ◆キャベツのごま和え ★わかめのすまし汁	豆腐・鶏挽肉・玉葱・人参・えのき茸・キヌサヤ・片栗粉・しょう油 キャベツ・人参・ほうれん草・コーン・ごま・しょう油 わかめ・玉葱・じゃが芋・いりこ・しょう油	バナナ	◇チーズトースト 食パン・マヨネーズ・粉チーズ・青のり 牛乳	牛乳
26	水	麺	●焼きそば ◆中華酢もの ★卵スープ	中華麺・豚肉・玉葱・人参・キャベツ・ソース・かつお節・青のり・ごま油 もやし・小松菜・かにかまぼこ・酢・砂糖・ごま油 卵・玉葱・じゃが芋・ニラ・いりこ・しょう油	すいか	◇炊き込みおにぎり 米・鶏肉・ひじき・人参・油揚げ お茶	牛乳
27	木	ご飯	●あじの塩焼き ◆じゃが芋のカレー煮 ★豆腐の味噌汁	あじ・きゅうり 豚挽肉・じゃが芋・人参・いんげん・カレールウ 豆腐・玉葱・ほうれん草・麩・いりこ・味噌	メロン	◇かえる蒸しパン ホットケーキミックス・卵・牛乳・サラダ油・小松菜 牛乳	牛乳
28	金	ご飯	●ツナとぼろ丼 ◆豆腐サラダ ★春雨スープ	マグロの水煮・卵・ほうれん草・しょう油 豆腐・トマト・きゅうり・ひじき・酢・しょう油・ごま油 春雨・玉葱・人参・えのき茸・葱・いりこ・しょう油	すいか	お菓子 牛乳	牛乳
29	土	ご飯	●エビピラフ ★ポトフ風スープ	エビ・玉葱・人参・ピーマン・コーン・コンソメ・バター じゃが芋・玉葱・人参・ウインナー・コンソメ	バナナ	お菓子 牛乳	牛乳

※行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります。

※今月の弁当日は、ありません。

今月の旬

いんげん・きぬさや・アスパラ・玉葱・じゃが芋・あじ・メロン・びわ