



6月の給食献立表

平成29年5月31日
北平田保育園

日	曜日	行事	こんだて名	材料とその働き			0・1・2歳児 午前おやつ	午後おやつ	エネルギー (以上児)
				熱と力になる(黄)	血や肉や骨になる(赤)	体の調子を整える(緑)			
1	木		ミートボール・アスパラサラダ コーンスープ ジューシーフルーツ	パン粉・油 マヨネーズ	豚ひき肉・豆腐 卵	玉葱・人参・椎茸・アスパラ コーン・キャベツ・パセリ ジューシーフルーツ	いちご	★抹茶ドーナツ 牛乳	E446 F23.4 P15.7食塩2.1
2	金		白身魚の梅焼き みずのけんちん・みそ汁 メロン	砂糖・油	カレイ・味噌 さつま揚げ・昆布 厚揚げ・煮干	みず・人参・つきこん・椎茸 ほうれん草・メロン	バナナ	源氏パイ 牛乳	E487 F9.3 P24.4食塩2.4
3	土		豚肉のケチャップ煮 ふりかけ・牛乳 バナナ	油・砂糖	豚もも肉・牛乳	玉葱・ピーマン・しめじ・バナナ		お菓子 牛乳	E338 F16.5 P14.4食塩1.5
5	月	サッカー	麻婆豆腐・華風和え わかめスープ ジューシーフルーツ	ごま油・砂糖 片栗粉・炒りごま	豆腐・豚ひき肉 エビ・ハム・わかめ 味噌	葱・人参・椎茸・生姜・にんにく もやし・きゅうり・玉葱 ジューシーフルーツ	粉ふき芋 麦茶	ぱりんこ ☆スプロン	E349 F11.8 P16.5食塩2.5
○ 6	火	園外保育	詰め合わせ ぶどうジュース	ごはん	鶏ひき肉・卵 ワインナー チーズ	玉葱・人参・パプリカ きゅうり・キャベツ ぶどうジュース	りんごヨーグルト	★コーンマヨパン 牛乳	
7	水	歯科検診	鶏肉のチーズピカタ スパゲティソテー 野菜スープ・メロン	薄力粉・油 スパゲティ	鶏もも肉・粉チーズ 卵・ハム	玉葱・人参・パセリ・ピーマン キャベツ・メロン	ステイック野菜	★レモンクッキー 牛乳	E424 F13.9 P21.6食塩2.0
8	木	英語教室 懇談会 (ちゅうりつ組)	赤魚の甘辛揚げ ごま酢和え・ゆきわり汁 ジューシーフルーツ	片栗粉・油・砂糖 じゃが芋 すりごま	赤魚・味噌・煮干	きゅうり・人参・もやし・ゆきわり ジューシーフルーツ	スプロン	★あじさいゼリー	E326 F14.1 P16.0食塩2.2
○ 9	金	園外保育 (予備日)	詰め合わせ 野菜ジュース	うどん・砂糖	卵・チーズ・牛乳	ブロッコリー・玉葱・人参 キャベツ・もやし 野菜ジュース	バナナ	バームクーヘン 牛乳	
10	土		豚丼風 牛乳 バナナ	砂糖	豚肩肉・牛乳	玉葱・人参・椎茸・しらたき 生姜		お菓子 牛乳	E339 F14.4 P12.9食塩0.8
12	月	避難訓練	さばの味噌焼き 和風サラダ・うどん汁 バナナ	油・うどん	さば・味噌・ハム わかめ・厚揚げ 煮干	キャベツ・きゅうり・えのき みかん缶・ほうれん草・葱 椎茸・バナナ	マンナビスケット 麦茶	サッポロポテト ☆みかんジュース	E479 F21.6 P18.2食塩3.1
○ 13	火	にこにこ広場	サンドウィッチ・エビフライ プチトマト・ハムサラダ コンソメスープ・メロン	食パン・薄力粉 パン粉・油 マヨネーズ	ツナ缶・チーズ 卵・エビ・わかめ ハム	きゅうり・レタス・キャベツ コーン・トマト・玉葱 メロン	みかんジュース	パナップ	
14	水	スイミング	親子煮・みそ汁 ごぼうサラダ ジューシーフルーツ	砂糖・マヨネーズ すりごま・じゃが芋	鶏もも肉・卵・ハム かまぼこ・昆布 わかめ・煮干・味噌	玉葱・人参・椎茸・ごぼう きゅうり・コーン ジューシーフルーツ	バナナ	★麦飯おにぎり 麦茶	E416 F17.3 P22.0食塩2.8
15	木	内科検診 保護者会役員会	煮魚・春雨スープ キャベツのお浸し メロン	春雨	鮭・ハム	キャベツ・もやし・きゅうり 玉葱・チンゲン菜・メロン	かぼちゃマッシュ 麦茶	★フルーツケーキ 牛乳	E327 F11.4 P21.7食塩2.7
16	金		アジフライ 三色和え・みそ汁 ジューシーフルーツ	薄力粉・油・パン粉	アジ・卵・豆腐 煮干・味噌	ほうれん草・キャベツ・人参 小松菜・ジューシーフルーツ	ステイック野菜	ビスケット 牛乳	E316 F12.8 P17.7食塩1.8
17	土	わんわん広場	ごぼうのキーマカレー しょうゆフレンチ 牛乳・オレンジゼリー	油・小麦粉 ゼリー	豚ひき肉・ハム 牛乳	玉葱・人参・ごぼう・キャベツ きゅうり			E360 F13.0 P19.8食塩1.6
19	月	プラネタリウム (年長児)	筑前煮・のりたま ほうれん草のお浸し みそ汁・メロン	油・砂糖	鶏もも肉・さば節 豆腐・煮干・味噌	大根・こんにゃく・人参・椎茸・孟宗 玉葱・ごぼう・いんげん・しめじ ほうれん草・コーン・メロン	ヤクルト	まがりせんべい ☆ヤクルト	E333 F12.2 P19.1食塩2.2
20	火	耳鼻科検診 納付書	冷しやぶごまだれ・トマト 味付けのり・みそ汁 さくらんぼ	すりごま・砂糖	豚ロース肉・味噌 のり・厚揚げ 煮干	ほうれん草・もやし・コーン 人参・トマト・さくらんぼ	さつま芋の甘煮 麦茶	★ピザトースト 牛乳	E411 F21.1 P20.6食塩2.0
21	水	尿検査回収日 サッカー	酢豚・中華スープ ごまきゅうり バナナ	片栗粉・油・砂糖 炒りごま	豚もも肉・豆腐 卵	生姜・孟宗・玉葱・ピーマン パプリカ・椎茸・きゅうり・人参 チンゲン菜・バナナ	ジューシーフルーツ	★ずんだプリン	E402 F21.8 P15.8食塩1.9
22	木	観劇	鮭の照り焼き すき昆布煮 みそ汁・メロン	油	鮭・昆布・豚もも肉 うずら卵・厚揚げ 味噌・煮干	しらたき・人参・キャベツ メロン	星たべよ 麦茶	★チェリーパイ 牛乳	E328 F9.7 P19.4食塩2.4
23	金		肉じゃがカレー風味・みそ汁 チーズ納豆・コールスロー ジューシーフルーツ	じゃが芋・油	豚もも肉・昆布・納豆 チーズ・わかめ・豆腐 味噌・煮干	玉葱・人参・しめじ・つきこん キャベツ・きゅうり ジューシーフルーツ	プリン	バームクーヘン 牛乳	E409 F13.5 P19.4食塩2.3
24	土		コーンシチュー ふりかけ・野菜ジュース バナナ	バター・じゃが芋	鶏もも肉・牛乳	玉葱・人参・コーン・バナナ		お菓子 牛乳	E350 F10.7 P12.4食塩1.8
26	月	バス代振替日	鶏の唐揚げ・ふりかけ マカロニサラダ コンソメスープ・さくらんぼ	片栗粉・油 マヨネーズ マカロニ	鶏もも肉	生姜・きゅうり・キャベツ・人参 コーン・玉葱・セロリ・さくらんぼ	ぶどうジュース	ベジたべる ☆ぶどうジュース	E411 F21.2 P13.5食塩1.6
○ 27	火	誕生会	冷やし中華 フルーツヨーグルト	中華麺・ごま油	焼き豚・卵・さば節 昆布・ヨーグルト	トマト・きゅうり・みかん缶 バナナ・白桃缶・パイン缶	ジューシーフルーツ	★ケーキ 麦茶	E502 F12.0 P17.4食塩1.3
28	水	かもしかクラブ	チキンカレー パインサラダ 野菜ジュース・バナナ	じゃが芋・バター 油・砂糖	豚もも肉・牛乳	玉葱・人参・キャベツ・コーン きゅうり・野菜ジュース パイン缶・バナナ	ビスコ 麦茶	★野菜チップス 牛乳	E463 F20.7 P14.8食塩2.0
29	木		ポークシュウマイ 炒り煮・みそ汁 メロン	シュウマイの皮 油・焼麩・砂糖	豚ひき肉・豚もも肉 味噌・煮干	玉葱・生姜・メンマ・しらたき 人参・ほうれん草・小松菜 南瓜・メロン	ステイック野菜	★ココア寒天	E391 F14.0 P20.6食塩2.5
30	金	サッカー巡回指導	魚のチーズフライ ポテトサラダ・みそ汁 さくらんぼ	薄力粉・パン粉 じゃが芋・油 マヨネーズ	カレイ・卵・チーズ 豆腐・味噌・煮干	きゅうり・人参・みかん缶 チンゲン菜・さくらんぼ	バナナ	味噌パン 牛乳	E391 F15.9 P20.7食塩2.1