



6月の給食献立表



令和元年5月29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)	血や肉ややになる(赤)	体の調子を整える(緑)			
1	土		ブラウンシチュー 牛乳 バナナ	じゃが芋	豚もも肉 牛乳 バナナ	玉葱・人参・バナナ		お菓子 ジュース	E409 F18.3 P15.1食塩2.0
3	月		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	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	バナナ	プリン	E371 F15.3 P19.0食塩2.2
4	火	歯科検診 スイミング	煮魚 お浸し 豚汁・バナナ	じゃが芋	鮭・豚もも肉 味噌・煮干し	キャベツ・もやし・きゅうり 人参・ごぼう・しめじ・葱 生姜・バナナ	マンナビスケット	★チーズ蒸しパン 牛乳	E393 F14.0 P23.4食塩1.7
5	水		ササミフライ おかか和え・トマトスープ ジューシーフルーツ	薄力粉・パン粉 油	ササミ・卵・かつお節	アスパラ・もやし・人参 キャベツ・玉ねぎ・トマト バセリ・ジューシーフルーツ	星たべよ	★あじさいゼリー	E372 F13.8 P21.7食塩1.6
6	木		白身魚の梅焼き みずのけんちん みそ汁・バナナ	砂糖・油	カレイ・味噌 つきこん・厚揚げ 煮干し	みず・人参・つきこん 椎茸・ほうれん草 バナナ	オレンジ	★しらすトースト 牛乳	E473 F7.7 P21.7食塩2.5
7	金		ポークカレー フレンチサラダ ゼリー・牛乳	じゃが芋 油・砂糖	豚もも肉 ハム・牛乳	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・コーン	ぶどうジュース	ぱりんこ ☆ぶどうジュース	E548 F28.6 P18.7食塩2.0
8	土		焼肉丼風 バナナ	砂糖	豚肉・わかめ	キャベツ・玉ねぎ・人参 にんにく・バナナ		お菓子 牛乳	E339 F14.8 P13.5食塩1.6
10	月		筑前煮 お浸し・のりたま みそ汁・バナナ	油・砂糖	鶏もも肉・豆腐 味噌・煮干し	大根・こんにゃく・人参・孟宗 ごぼう・椎茸・きぬさや・コーン ほうれん草・しめじ・玉葱・バナナ	ヨーグルト	バームクーヘン 牛乳	E338 F11.9 P19.5食塩2.2
11	火	保護者会役員会 尿検査回収	アジフライ ごま和え・みそ汁 ジューシーフルーツ	パン粉・薄力粉 油・砂糖・すりごま じゃが芋	アジ 味噌・煮干し 卵	キャベツ・きゅうり・人参 小松菜 ジューシーフルーツ	バナナ	★フルーツサンド 牛乳	E446 F15.1 P20.0食塩2.4
12	水	にこにこ広場	ラーメンバイキング ステイックきゅうり・トマト ゼリー	中華麺 ごま油	のり・ナルト うずらの卵 わかめ・煮干し	コーン・メンマ・葱・きゅうり もやし・トマト	りんごジュース	★ジャムサンド 牛乳	
13	木		スパニッシュオムレツ ごぼうサラダ・みそ汁 バナナ	油・マヨネーズ じゃが芋・すりごま	卵・ベーコン チーズ・ハム・わかめ 味噌・煮干し	バセリ・人参・きゅうり コーン・玉葱・きぬさや バナナ	南瓜の甘煮	★お豆腐団子 牛乳	E347 F18.4 P14.8食塩2.2
14	金		鮭の照り焼き すき昆布煮 みそ汁・バナナ	砂糖・油	鮭・昆布 豚肉 味噌・煮干し	人参・キャベツ・しらたき バナナ	ヨーグルト	オランダせんべい ☆りんごジュース	E346 F12.4 P19.7食塩2.3
15	土	親子遠足	お菓子袋						
17	月		高野豆腐ハンバーグ チンゲン菜の和え物 ゆかり・洋風みそ汁・バナナ	油・片栗粉 じゃが芋	豚ひき肉・ベーコン 高野豆腐・卵・味噌 しらす干し・昆布	玉葱・チンゲン菜・人参 アスパラ・バナナ	星たべよ	源氏パイ 牛乳	E418 F23.0 P17.8食塩2.7
18	火	観劇	シュウマイ 炒り煮・みそ汁 メロン	シュウマイの皮 ごま油・砂糖 焼麸	豚ひき肉 豚もも肉 味噌・煮干し	メンマ・しらたき・人参 きぬさや・南瓜・玉葱 メロン	ステイック野菜	★つぶつぶゼリー	E353 F12.6 P17.9食塩2.5
19	水		鰯のまきまき揚げ ごま酢和え・みそ汁 ジューシーフルーツ	油・片栗粉 砂糖・すりごま	鰯・チーズ 豆腐 味噌・煮干し	きゅうり・人参・もやし 小松菜・えのき ジューシーフルーツ	バナナ	★むきそば風	
20	木	サッカー巡回指導 納付書	冷しやぶごまだれ・トマト 味付けのり・春雨スープ メロン	砂糖・すりごま 春雨	豚ロース肉 味噌・味付けのり ハム	キャベツ・もやし・コーン 人参・きゅうり・トマト 玉葱・オクラ・メロン	ジューシーフルーツ	★杏仁ポンチ	E283 F10.7 P12.9食塩1.7
21	金	耳鼻科検診	鶏肉のピカタ 茹でキャベツ・マカロニスープ バナナ	油・マカロニ 薄力粉	鶏もも肉 粉チーズ・卵	キャベツ・コーン アスパラ・玉葱・人参 バセリ・バナナ	マンナビスケット	ヨーグルト	E380 F12.0 P18.5食塩1.1
22	土		クリームシチュー ふりかけ・野菜ジュース バナナ	じゃが芋	鶏もも肉 牛乳	玉葱・人参・しめじ バナナ			E356 F10.3 P11.8食塩1.5
24	月	遠足代集金	肉じゃが(汁多め) チーズ納豆 いんげんのごま和え・ゼリー	じゃが芋 油・砂糖 すりごま	豚もも肉 昆布・納豆・チーズ	玉葱・人参・つきこん いんげん・しめじ	ピスコ	うずまきソフト	E409 F14.2 P19.3食塩18
25	火	バス代振替日 プラネタリウム (5歳児)	鮭のパン粉焼き 野菜炒め・ゆきわり汁 バナナ	パン粉・じゃが芋	鮭・粉チーズ ベーコン 味噌・煮干し	キャベツ・もやし・人参 玉葱・コーン・ゆきわり バナナ	メロン	★サイダーゼリー	E311 F8.0 P20.7食塩1.8
26	水	誕生会 ちゅうりっぷ懇談会	タコライス コンソメスープ デザートメロン	ごはん・炒りごま マヨネーズ 油	豚ひき肉 チーズ わかめ	玉葱・にんにく・きゅうり トマト・えのき メロン・みかん缶	野菜ジュース	★ケーキ 麦茶	E524 F20.4 P38.7食塩1.9
27	木		鰯の味噌焼き 和風サラダ・すまし汁 サクランボ	油	鰯・味噌・ハム わかめ・厚揚げ 煮干し	キャベツ・きゅうり・えのき みかん缶・ほうれん草・葱 サクランボ	バナナ	★麦飯おにぎり 麦茶	E373 F20.2 P18.8食塩2.5
28	金		ミートボール アスパラサラダ・みそ汁 スイカ	パン粉・油 マヨネーズ	豚ひき肉・豆腐 卵・味噌・煮干し	玉葱・人参・椎茸・アスパラ キャベツ・小松菜・もやし スイカ	ゼリー	サッポロボテト ☆みかんジュース	E420 F21.4 P19.9食塩2.4
29	土		チキンカレー 牛乳 バナナ	じゃが芋 油	鶏もも肉 牛乳	玉葱・人参・バナナ		お菓子 ジュース	E400 F14.2 P12.3食塩1.3

※発注材料の関係で、一部献立を変更させていただく場合があります。ご了承ください。

○お弁当のいらない日
◆庄内浜魚デー
◆お魚の日



にこにこ広場



今月のメニューを考えくれたのは
はづきさん、ゆりのさん、さきさんです。



★手作りおやつの日
☆未満児牛乳