

令和6年度 🌈🌈🌈🌈🌈 6月 献立表 🌈🌈🌈🌈🌈 ゆいかごこども園

日	曜	おひる	おやつ(牛乳)	●熱や力になる	▲血や肉になる	■体の調子を整える
1	土	焼きそば 豆苗の海苔和え わかめと玉葱の味噌汁 バイン缶	【午前】 あられ 【午後】 かっぱえびせん	中華麺 油	豚肉 海苔 薄揚げ わかめ	キャベツ 人参 にら もやし 豆苗 小松菜 玉葱
3	月	ご飯 鯖の大葉みぞ焼き 茄子の煮びたし キャベツとかにかまの和え物 もやしと人参のすまし汁 グレープフルーツ	【午前】 野菜チップス 【午後】 ポパイ蒸しパン	米 油 マヨネーズ バター	鯖 色板	大葉 茄子 キャベツ 胡瓜 もやし 人参 ほうれん草 グレープフルーツ
4	火	ミートソースのペンネ 豆腐オムレツ 三色ピクルス オニオンスープ パイナップル	【午前】 かりんとう 【午後】 ツナと胡瓜の海苔巻き	パスタ 米 油 マヨネーズ	牛ミンチ 卵 豆腐 ベーコン	にんにく 生姜 玉葱 バセリ 胡瓜 人参 大根 パイナップル
5	水	ご飯 豚肉とキャベツの味噌炒め 粉ふきさつま芋 ほうれん草の胡麻和え 豆苗のすまし汁 バナナ	【午前】 おこし 【午後】 フレンチトースト	米 パン さつま芋 油 バター	豚肉 薄揚げ 卵	人参 キャベツ ほうれん草 もやし 豆苗 玉葱 バナナ
6	木	ロールパン オムレツ マカロニサラダ きのこのスープ りんご	【午前】 あられ 【午後】 五平餅	パン 米 油 マヨネーズ マカロニ	卵 牛ミンチ チーズ ベーコン	玉葱 キャベツ 胡瓜 人参 レタス サニーレタス しめじ えのき 椎茸 りんご
7	金	ご飯 豆腐チャンプル 春雨のチャフチェ コーン入りナムル わかめスープ オレンジ	【午前】 野菜チップス 【午後】 ミルクスコーン	米 ごま油 バター	豚肉 豆腐 卵 わかめ	玉葱 人参 しめじ にら ビーマン 椎茸 にんにく 大根 もやし えのき 白葱 オレンジ
8	土	豚バラときのこの焼うどん こんにゃくのおかか和え 麩の味噌汁 みかん缶	【午前】 かりんとう 【午後】 源氏パイ	うどん 油	豚肉 わかめ	にんにく 椎茸 しめじ えのき 玉葱 大葉 キャベツ 人参 小松菜
10	月	ご飯 ひじき入り出し巻き卵 根菜のキンピラ 茄子の胡麻和え 油揚げと玉葱の味噌汁 パイナップル	【午前】 おこし 【午後】 さつま芋シケット	米 油 さつま芋	卵 ひじき しらす 色板 わかめ 薄揚げ	蓮根 人参 ごぼう 茄子 胡瓜 玉葱 葱 パイナップル
11	火	たんめん 鯖の塩焼き キャベツの浅漬け グレープフルーツ	【午前】 あられ 【午後】 ためきおむすび	中華麺 米 油	豚肉 鯖 しらす 薄揚げ	白菜 人参 もやし にら 白葱 キャベツ グレープフルーツ
12	水	たこ飯 ハンバーグ 豆苗の胡麻和え 茄子とオクラの味噌汁 ヨーグルト	【午前】 野菜チップス 【午後】 紫陽花ゼリー	米 油	たこ 牛ミンチ 豚ミンチ わかめ	大根 豆苗 もやし 人参 小松菜 茄子 オクラ
13	木	マーボー丼 さつま芋のレモン煮 白菜のゆかり和え なめこのすまし汁 バナナ	【午前】 かりんとう 【午後】 じゃこマヨせんべい	米 油 さつま芋 バター マヨネーズ	豆腐 豚ミンチ しらす	白葱 生姜 にんにく 白菜 人参 なめこ えのき 玉葱 葱 バナナ
14	金	ご飯 鯛の生姜煮 鶏肉と大根の煮物 トマトと胡瓜の酢の物 大根の味噌汁 オレンジ	【午前】 おこし 【午後】 マカロニきざ粉	米 油 マカロニ	鯛 鶏肉 しらす わかめ 薄揚げ	大根 さやいんげん 胡瓜 トマト 白葱 オレンジ
15	土	高菜スパゲッティ グリーンサラダ 玉葱とわかめのスープ 椎缶	【午前】 あられ 【午後】 ぼたぼた焼き	パスタ 油	しらす わかめ	レタス サニーレタス 胡瓜 黄ピーマン 玉葱 葱
17	月	ご飯 ススキの西京焼き 高野豆腐の含め煮 胡麻酢和え 大根と玉葱のすまし汁 パイナップル	【午前】 野菜チップス 【午後】 コーンフレークのおこし	米	ススキ 高野豆腐 わかめ	椎茸 人参 大根 さやいんげん 胡瓜 ミニトマト 玉葱 三つ葉 パイナップル
18	火	豚汁うどん じゃこ入り卵焼き 白菜の浅漬け りんご	【午前】 かりんとう 【午後】 海苔のおにぎり	うどん 米 じゃが芋	豚肉 しらす 海苔	玉葱 人参 ごぼう 白葱 葱 白菜 りんご
19	水	ご飯 キスの天ぷら フロッキーのおかか煮 ひじきの白和え えのきとわかめのすまし汁 グレープフルーツ	【午前】 おこし 【午後】 フルーツカナッペ	米 油 じゃが芋	キス 豆腐 ひじき わかめ	人参 フロッキー 胡瓜 椎茸 えのき 葱 グレープフルーツ
20	木	照り焼きチキンサンド ほうれん草のソテー コーンフレーク入りサラダ サラダ菜のスープ バナナ	【午前】 あられ 【午後】 シーチキンご飯	パン 米 油 マヨネーズ	鶏肉 ベーコン	玉葱 ほうれん草 しめじ 胡瓜 人参 レタス サニーレタス サラダ菜 バナナ
21	金	ご飯 豚肉の味噌焼き ひじきの胡麻煮 こんにゃくとコーンのおかか和え 豆腐のすまし汁 パイナップル	【午前】 野菜チップス 【午後】 じゃがチーズ餅	米 じゃが芋 マヨネーズ	豚肉 ひじき わかめ 薄揚げ チーズ	生姜 人参 さやいんげん キャベツ 三つ葉 パイナップル
22	土	焼きビーフン ツナと大根のサラダ ニラともやしのスープ バイン缶	【午前】 かりんとう 【午後】 かっぱえびせん	ビーフン ごま油 油	豚肉 えび わかめ	もやし 人参 玉葱 ビーマン 大根 かいわれ大根 にら
24	月	カレーライス 鮭のソテー わかめとじゃこのサラダ バナナ	【午前】 おこし 【午後】 シュガースティックパイ	米 パイ皮 じゃが芋	豚肉 油 鮭 わかめ しらす ひじき	玉葱 人参 トマト 胡瓜 バナナ
25	火	ご飯 鶏肉の韓国風ロースト さつま芋のキンピラ ごぼうと人参の胡麻和え 豆腐とわかめのすまし汁 りんご	【午前】 あられ 【午後】 冷やしうどん	米 うどん ごま油 さつま芋	鶏肉 竹輪 豆腐 わかめ	にんにく 玉葱 ビーマン ごぼう 人参 キャベツ 三つ葉 葱 りんご
26	水	鯉の混ぜご飯 牛肉とごぼうのしくれ煮 白菜の甘酢漬け 里芋とにらの味噌汁 グレープフルーツ	【午前】 野菜チップス 【午後】 ビールゼリー	米 油	鯉 牛肉	大葉 ごぼう 玉葱 さやいんげん 生姜 白菜 人参 里芋 にら オレンジ
27	木	ご飯 千草焼き 南瓜の含め煮 キャベツの海苔和え もやしと人参のすまし汁 オレンジ	【午前】 かりんとう 【午後】 わらび餅	米	卵 豆腐 竹輪 海苔	白葱 南瓜 キャベツ 人参 小松菜 もやし オレンジ
28	金	ガバオライス パット・バックル・ラムミット ヤムウンセン トム・カー・ガイスープ パイナップル (オリンピックメニュー)	【午前】 おこし 【午後】 カノム・カイ・ノッククラター	米 油 ごま油 さつま芋	豚ミンチ えび 黒きくらげ 鶏肉	赤ピーマン 玉葱 にんにく 青梗菜 キャベツ 人参 胡瓜 セロリ パイナップル
29	土	トマトのジャージャン麺 白菜のおかか和え 大根のすまし汁 みかん缶	【午前】 あられ 【午後】 サッポロポテト	うどん ごま油	豚ミンチ	生姜 にんにく 白葱 玉葱 白菜 ほうれん草 人参 大根 葱

※午前のおやつ(1,2歳児のみ)は変更する場合があります。

12日はお誕生日会です。

立案者:社 椎音

令和6年度 🍱🥗🥦🥕🍷 6月 離乳食献立表 🍱🥗🥦🥕🍷 ゆいかごこども園

日	曜	おひる	食材	おやつ
1	土	煮込みうどん 魚と野菜の煮物	米 鮭 キャベツ 人参 玉葱	[午前] りんご [午後] お粥
3	月	お粥 魚と野菜の煮物	米 鯛 キャベツ 胡瓜 人参	[午前] バナナ [午後] お粥
4	火	煮込みうどん 豆腐と野菜の煮物	うどん 豆腐 玉葱 大根 胡瓜	[午前] りんご [午後] お粥
5	水	お粥 ささみと野菜の煮物	米 ささみ 人参 ほうれん草 さつまい	[午前] バナナ [午後] お粥
6	木	パン粥 魚と野菜の煮物	米 カレイ 玉葱 キャベツ 人参	[午前] りんご [午後] お粥
7	金	お粥 豆腐と野菜の煮物	米 豆腐 人参 大根 玉葱	[午前] バナナ [午後] お粥
8	土	煮込みうどん 魚と野菜の煮物	米 鮭 玉葱 さつまい キャベツ	[午前] りんご [午後] お粥
10	月	お粥 魚と野菜の煮物	米 鯛 人参 胡瓜 玉葱	[午前] バナナ [午後] お粥
11	火	煮込みうどん ささみと野菜の煮物	うどん ささみ 白菜 人参 じゃが芋	[午前] りんご [午後] お粥
12	水	お粥 魚と野菜の煮物	米 カレイ 人参 南瓜 ほうれん草	[午前] バナナ [午後] お粥
13	木	お粥 豆腐と野菜の煮物	パン 豆腐 さつまい 玉葱 人参	[午前] りんご [午後] お粥
14	金	お粥 魚と野菜の煮物	米 カレイ 大根 胡瓜 トマト	[午前] バナナ [午後] お粥
15	土	煮込みうどん 魚と野菜の煮物	うどん 鯛 胡瓜 玉葱 じゃが芋	[午前] りんご [午後] お粥
17	月	お粥 ささみと野菜の煮物	米 ささみ 人参 大根 胡瓜	[午前] バナナ [午後] お粥
18	火	煮込みうどん 魚と野菜の煮物	うどん カレイ じゃが芋 玉葱 人参	[午前] りんご [午後] お粥
19	水	お粥 豆腐と野菜の煮物	米 豆腐 フロccoliー 人参 さつまい	[午前] バナナ [午後] お粥
20	木	パン粥 魚と野菜の煮物	米 鮭 ほうれん草 人参 玉葱	[午前] りんご [午後] お粥
21	金	お粥 豆腐と野菜の煮物	米 豆腐 人参 キャベツ じゃが芋	[午前] バナナ [午後] お粥
22	土	煮込みうどん 魚と野菜の煮物	米 鯛 南瓜 玉葱 大根	[午前] りんご [午後] お粥
24	月	お粥 ささみと野菜の煮物	米 ささみ 玉葱 人参 じゃが芋	[午前] バナナ [午後] お粥
25	火	お粥 豆腐と野菜の煮物	うどん 豆腐 玉葱 さつまい 大根	[午前] りんご [午後] お粥
26	水	お粥 魚と野菜の煮物	米 カレイ 白菜 人参 じゃが芋	[午前] バナナ [午後] お粥
27	木	お粥 魚と野菜の煮物	米 鮭 南瓜 キャベツ 人参	[午前] りんご [午後] お粥
28	金	お粥 魚と野菜の煮物	米 鯛 胡瓜 玉葱 人参	[午前] バナナ [午後] お粥
29	土	煮込みうどん ささみと野菜の煮物	うどん ささみ 玉葱 白菜 じゃが芋	[午前] りんご [午後] お粥

※午前のおやつは変更する場合があります。 12日はお誕生日会です。