

令和5年度		6月	献立予定表		六甲ゆりかごこども園・クーラ		
日	曜日	おひる	おやつ（牛乳）	主な材料	力や熱になる	血や肉になる	体の調子を整える
1	木	五目ラーメン 鰻のかば焼き 白菜のおかか和え パイナップル	午前 おこし 午後 豆腐ドーナツ	●中華麺 ごま油 薄力粉 他3種 ●豚肉 鰻 豆腐 卵 かつお節 牛乳 ●しいたけ 人参 もやし 白ねぎ 玉ねぎ 白菜 ほうれん草 パイナップル			
2	金	ご飯 ハンバーグ ツナサラダ ブロッコリー炒め みぞれ汁 オレンジ	午前 ビスケット 午後 サブレ	●米 パン粉 マヨネーズ 油 他3種 ●合いびきミンチ しらす 他4種 ●玉ねぎ 胡瓜 キャベツ 人参 アスパラ ブロッコリー 大根 小松菜 他3種			
3	土	ひき肉のトマトソース 蓮根サラダ 野菜スープ パイン缶	午前 ボーロ 午後 ビスコ	●スパゲッティ マヨネーズ ごま じゃが芋 ●合いびきミンチ ベーコン 牛乳 ●玉ねぎ しめじ にんにく トマト れんこん 人参 胡瓜 水菜 パイナップル			
5	月	ご飯 千草豆腐 しらす和え りんご 里芋煮ころがし 茄子の味噌汁	午前 あられ 午後 人参蒸しパン	●米 砂糖 里芋 他3種 ●豆腐 卵 ひじき 鶏ミンチ しらす 味噌 牛乳 ●しいたけ ごぼう 白菜 人参 小松菜 茄子 えのき りんご			
6	火	きつねうどん 豚肉の生姜焼き ほうれん草のり和え パナナ	午前 おこし 午後 胡麻おにぎり	●うどん こんにゃく 米 他2種 ●うす揚げ かまぼこ 豚肉 海苔 他2種 ●ねぎ 生姜 ほうれん草 人参 キャベツ パナナ			
7	水	ご飯 カレイから揚げ 納豆和え 小松菜煮びたし 麩のすまし汁 パイナップル	午前 ビスケット 午後 フルーツケーキ	●米 薄力粉 長芋 ふ 他4種 ●カレイ 納豆 海苔 わかめ 卵 他4種 ●オクラ 人参 小松菜 玉ねぎ パイナップル			
8	木	ツナソド オープンオムレツ オレンジ りんごサラダ 人参と玉葱のスープ	午前 ボーロ 午後 豆腐みたらし	●食パン マヨネーズ 白玉粉 他3種 ●ツナ缶 卵 牛乳 ウィンナー 他2種 ●胡瓜 ほうれん草 玉ねぎ ミニトマト ブロッコリー りんご パセリ 他2種			
9	金	ご飯 鯖の西京焼き 白菜甘酢漬け きんぴら 筍すまし汁 デラウェア	午前 あられ 午後 芋ようかん	●米 こんにゃく バター 他4種 ●さわら 塩昆布 しらす うす揚げ 他2種 ●白菜 人参 れんこん ピーマン 筍 みつば デラウェア			
10	土	胡麻焼きそば じゃが芋のそぼろ煮 えのきの味噌汁 もも缶	午前 おこし 午後 源氏パイ	●中華麺 ごま 油 片栗粉 ●豚肉 えび 鶏ミンチ わかめ 味噌 牛乳 ●キャベツ 玉ねぎ 白ねぎ 人参 南瓜 グリンピース えのき ねぎ もも缶			
12	月	親子丼 豆苗の胡麻酢和え パナナ 高野豆腐の含め煮 もやしの味噌汁	午前 ビスケット 午後 アップル春巻き	●米 ごま 春巻き皮 油 砂糖 ●鶏肉 卵 高野豆腐 うすあげ 味噌 牛乳 ●玉ねぎ 豆苗 切干大根 しいたけ 人参 れんこん もやし えのき 他4種			
13	火	茄子とベーコンのパスタ 鰹のソテー オクラのサラダ キャベツスープ りんご	午前 ボーロ 午後 塩昆布おにぎり	●スパゲッティ 油 薄力粉 米 ●ベーコン タラ 豆腐 わかめ ひじき 他3種 ●茄子 玉ねぎ にんにく マッシュルーム トマト オクラ キャベツ 他2種			
14	水	ご飯 豆腐団子 こんにゃくおかか和え 鶏肉の煮物 なめこのすまし汁 パイナップル	午前 あられ 午後 わらびもち	●米 じゃが芋 薄力粉 他4種 ●豆腐 わかめ かつお節 鶏肉 きな粉 牛乳 ●筍 生姜 キャベツ 小松菜 白菜 なめこ えのき 玉ねぎ ねぎ 他2種			
15	木	南瓜パンズ 牛肉の炒め物 ほうれん草ソテー スナッPEndウサラダ 玉葱スープ オレンジ	午前 おこし 午後 そぼろご飯	●パン 油 じゃが芋 米 ●牛肉 鶏ミンチ 牛乳 ●アスパラ 人参 玉ねぎ トマト 胡瓜 レタス ほうれん草 生姜 他2種			
16	金	鮭の混ぜ寿司 海老入りつくね 海藻サラダ かきたま汁 ももゼリー	午前 ビスケット 午後 チョコマフィン	●米 ごま 片栗粉 バター 他5種 ●鮭 鶏ミンチ えび ひじき 卵 他3種 ●絹さや にら しいたけ 人参 玉ねぎ 生姜 レタス 胡瓜 きくらげ 他2種			
17	土	肉味噌うどん キャベツの浅漬け 麩のすまし汁 みかん缶	午前 ボーロ 午後 ぼたぼた焼き	●うどん ごま 油 ふ 砂糖 ●豚ミンチ 味噌 塩昆布 わかめ 牛乳 ●玉ねぎ 人参 にら 白ねぎ 生姜 キャベツ 小松菜 みかん缶			
19	月	ご飯 太刀魚の塩焼き 菜種和え 南瓜ひじき煮 豆腐の味噌汁 りんご	午前 あられ 午後 レーズソフレッツ	●米 薄力粉 バター 砂糖 ●太刀魚 卵 かつお節 ひじき 豆腐 味噌 牛乳 ●小松菜 キャベツ 人参 みやし 南瓜 グリンピース 玉ねぎ にら 他2種			
20	火	醤油ラーメン 和風オムレツ ごぼうと人参の胡麻和え デラウェア	午前 おこし 午後 梅海苔巻き	●中華麺 ごま油 ごま 米 ●焼き豚 なんと 卵 鶏ミンチ かつお節 他2種 ●もやし えのき 小松菜 ごぼう キャベツ 人参 梅干し デラウェア 他2種			
21	水	ご飯 鶏韓国風ロースト パナナ たらこ和え キャベツソテー オニオンスープ	午前 ビスケット 午後 大学芋	●米 ごま さつま芋 油 砂糖 ごま油 ●鶏肉 たらこ 卵 ベーコン 牛乳 ●にんにく 玉ねぎ ほうれん草 白菜 キャベツ 人参 パセリ パナナ			
22	木	卵サンド 魚の変わり衣 トマトサラダ 春雨スープ パイナップル	午前 ボーロ 午後 牛飯	●食パン マヨネーズ 薄力粉 他6種 ●卵 メルルーサ 牛肉 牛乳 ●胡瓜 トマト ブロッコリー 人参 筍 しいたけ 生姜 ごぼう パイナップル			
23	金	ご飯 豚の胡麻醤油炒め 五目大豆煮 モロヘイヤのり和え 白菜味噌汁 オレンジ	午前 あられ 午後 リンゴゼリー	●米 こんにゃく ごま 油 ●豚肉 大豆 うす揚げ 味噌 海苔 寒天 牛乳 ●玉ねぎ しめじ ほうれん草 モロヘイヤ 人参 ごぼう れんこん 他8種			
24	土	ナポリタン コールスローサラダ 鶏肉のスープ パイン缶	午前 おこし 午後 ビスコ	●スパゲッティ バター 油 マヨネーズ ●ウィンナー 鶏肉 牛乳 ●玉ねぎ ピーマン にんにく キャベツ 人参 ブロッコリー パセリ パイン缶			
26	月	ご飯 鰹の田楽 干し大根の酢の物 鶏肉の煮物 きこのすまし汁 デラウェア	午前 ビスケット 午後 チーズクッキー	●米 ごま ふ 薄力粉 油 ●たら わかめ 鶏肉 チーズ 卵 牛乳 ●胡瓜 玉ねぎ 南瓜 人参 えのき しめじ みつば 切干大根 デラウェア			
27	火	あんかけうどん ふくさ焼き ほうれん草の白和え りんご	午前 ボーロ 午後 たらこおにぎり	●うどん 片栗粉 こんにゃく 他2種 ●豚肉 えび 鶏ミンチ 厚揚げ 他3種 ●人参 玉ねぎ チンゲン菜 しいたけ 白ねぎ ほうれん草 りんご			
28	水	ご飯 牛肉の甘辛煮 長芋おかか和え 金時豆 キャベツの味噌汁 パナナ	午前 あられ 午後 マーブルケーキ	●米 しらたき 長芋 他2種 ●牛肉 かつお節 豆きんとん うす揚げ 他4種 ●玉ねぎ グリンピース 生姜 ほうれん草 人参 キャベツ ねぎ パナナ			
29	木	レーズンパン 鮭のクリームシロ パイナップル ごぼうサラダ 大豆トマト煮 じゃが芋サラダ	午前 おこし 午後 五平餅	●パン 薄力粉 バター マヨネーズ 春雨 米 ごま ●鮭 大豆 牛乳 ●人参 胡瓜 ごぼう れんこん 玉ねぎ ピーマン 筍 しいたけ にら 他4種			
30	金	ご飯 春巻き 中華サラダ オレンジ 小松菜の炒め物 えのきスープ	午前 ビスケット 午後 スイートポテト	●米 春巻き皮 春雨 片栗粉 バター 他5種 ●豚肉 ハム 竹輪 卵 牛乳 ●しいたけ 筍 レタス サニーレタス 胡瓜 えのき もやし 人参 他6種			

※午前のおやつ（0、1、2歳のみ）変更する場合があります。

ゆりかご クーラ お誕生日会です。

立案者：谷岡 靖子

令和 5年度		6月	離乳食 予定献立表		六甲ゆりかごこども園・クーラ
日	曜日	ごはん	おやつ		材料
1	木	煮込みラーメン 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	中華麺 豚肉 人参 玉ねぎ 白菜
2	金	お粥 お汁 ささみと野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 ささみ キャベツ 人参 ブロッコリー
3	土	煮込みパスタ 鮭と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	スパゲッティ 鮭 玉ねぎ 人参 じゃが芋
5	月	お粥 お汁 鶏団子と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 鶏ひき肉 白菜 人参 小松菜
6	火	煮込みうどん 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	うどん 豚肉 人参 キャベツ さつま芋
7	水	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 カレイ 人参 玉ねぎ 小松菜
8	木	パン粥 スープ ささみと野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	パン ささみ 玉ねぎ ブロッコリー 人参
9	金	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 鮭 さつま芋 人参 白菜
10	土	煮込みラーメン 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	中華麺 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 南瓜
12	月	お粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋
13	火	煮込みパスタ 魚と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	スパゲッティ タラ 玉ねぎ キャベツ 南瓜
14	水	お粥 お汁 ささみと野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 ささみ 人参 じゃが芋 白菜
15	木	パン粥 スープ 牛肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	パン 牛肉 人参 玉ねぎ じゃが芋
16	金	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 鮭 人参 玉ねぎ 南瓜
17	土	煮込みうどん ささみと野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	うどん ささみ 玉ねぎ 人参 キャベツ
19	月	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 カレイ キャベツ 人参 南瓜
20	火	煮込みラーメン 鶏団子と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	中華麺 鶏ひき肉 キャベツ 人参 じゃが芋
21	水	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 鮭 さつま芋 玉ねぎ 人参
22	木	パン粥 スープ 牛肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	パン 牛肉 ブロッコリー 人参 キャベツ
23	金	お粥 お汁 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 豚肉 玉ねぎ 人参 白菜
24	土	煮込みパスタ 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	スパゲッティ 鶏肉 玉ねぎ 人参 ブロッコリー
26	月	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 タラ 玉ねぎ 人参 南瓜
27	火	煮込みうどん ささみと野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	うどん ささみ 人参 玉ねぎ ほうれん草
28	水	お粥 お汁 牛肉と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 牛肉 さつま芋 玉ねぎ 人参
29	木	パン粥 スープ 魚と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	パン 鮭 人参 玉ねぎ じゃが芋
30	金	お粥 お汁 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 豚肉 小松菜 人参 さつま芋

※午前のおやつは変更する場合があります。

ゆりかご

クーラ

お誕生日会です。

立案者：谷岡 靖子