

6月 行事予定&献立表

給食には毎日季節のフルーツがつきます。都合により献立を変更する場合があります。

日付	行事	献立名			使用食品			ご家庭で補いたい食品
		主食	主菜・副菜・汁ものなど	おやつ	からだを作る食べ物	からだの調子を整える食べ物	エネルギーになる食べ物	
1 木			ピザ風卵焼き グリーンサラダ ほうれん草のバター炒め	ココア もちもちパン	卵 ベーコン	人参 ビーマン 玉ねぎ キャベツ アスパラ ほうれん草 コーン	お米 ジャガイモ	魚や 豆類
2 金			シーフードカレー 海藻サラダ スクランブルエッグ	オレンジ ゼリー	エビ イカ 豚肉 卵 ツナ	玉ねぎ 人参 ビーマン コーン きゅうり キャベツ	お米 ジャガイモ	魚や 緑黄色野菜
3 土			豚肉の生姜焼き丼 小松菜のおかか和え	コーン トースト	豚肉	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン 小松菜 もやし	お米	魚や 卵
4 日								
5 月			豆腐ハンバーグ 金平こんにやく 小松菜のじゃこ和え	えごまケーキ	豆腐 鶏ミンチ しらす	玉ねぎ 人参 小松菜 もやし ビーマン	お米 こんにやく	肉や 海藻
6 火			ミートスパゲティ ジャーマンポテト コールスローサラダ	梅チャーハン	豚ミンチ ベーコン ハム	玉ねぎ 人参 しいたけ ビーマン キャベツ コーン きゅうり	スパゲティ ジャガイモ	魚や 海藻類
7 水			魚のフリッター キャベツの味噌汁 じゃが芋のカレーきんぴら	ジャムサンド	魚 ベーコン 油揚げ	玉ねぎ 人参 ビーマン キャベツ	お米 ジャガイモ	卵や 豆類
8 木			エビと卵の炒め物 レバニラ炒め わかめスープ	フルーツ トースト	卵 エビ 鶏レバー 鶏肉	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン チンゲン菜 にら コーン	お米	魚や 海藻類
9 金	園庭用靴持ち帰り		チヂミ和え ほうれん草のナムル じゃが芋の中華炒め	フルーツ ヨーグルト	牛肉 豚肉	ビーマン パプリカ 人 参 玉ねぎ もやし しめじ ほうれん草	お米 春雨	豆類や 乳製品
10 土	保護者研修会		マーボー丼 キャベツのゆかり和え	JJF 蒸しパン	豆腐 豚ミンチ	人参 玉ねぎ にら キャベツ きゅうり	お米	魚や 種実類
11 日								
12 月	懇談会 (全クラス)		豆腐のナゲット 春雨の梅サラダ 玉ねぎの味噌汁	メロンパン トースト	豆腐 ツナ ハム 卵 油揚げ	玉ねぎ きゅうり 人参 大根	お米 春雨	肉や 緑黄色野菜
13 火			コーンラーメン 納豆和え じゃが芋のツナマヨ和え	鶏そぼろ おにぎり	豚肉 納豆 ツナ	もやし 玉ねぎ 人参 小松菜 きゅうり えのき	中華麺 ジャガイモ	魚や 種実類
14 水			魚のちゃんちゃん焼き 金時煮豆 キャベツのゆかり和え	抹茶豆乳 蒸しパン	魚 金時豆	玉ねぎ しめじ 人参 ビーマン キャベツ きゅうり	お米	肉や 緑黄色野菜
15 木			ツナ入り卵焼き かみかみ和え けんちん汁	フルーツ ポンチ	卵 ツナ ハム さきイカ 鶏肉 豆腐	玉ねぎ 人参 きゅうり 大根 ごぼう	お米 こんにやく 里芋 ジャガイモ	魚や 種実類
16 金			ポテトコロケ ほうれん草の磯和え 焼きビーフン	カレーまん	合挽ミンチ エビ イカ 豚肉	玉ねぎ 人参 もやし ほうれん草 キャベツ ビーマン	お米 ジャガイモ ビーフン	卵や きのこ類
17 土			和風スパゲティ 具だくさんスープ	きな粉トースト	ツナ ベーコン	玉ねぎ 人参 小松菜 しめじ コーン	スパゲティ ジャガイモ	魚や 卵
18 日								
19 月	懇談会 (ろけっと)		炒り豆腐 ごぼうサラダ 小松菜ソテー	マーラーカオ	豆腐 鶏ミンチ ベーコン 卵	人参 玉ねぎ ねぎ ごぼう きゅうり 小松菜 もやし	お米	魚や いも類
20 火			焼きそば 大豆サラダ 大根のそぼろ煮	豆乳 ホットケーキ	豚肉 蒸し大豆 ツナ 鶏ミンチ	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン きゅうり コーン 大根	中華麺	きのこ類や 種実類
21 水			魚の南蛮漬け ひじきと大豆の煮物 具だくさん味噌汁	レーズン ケーキ	魚 さつま揚げ 油揚げ 蒸し大豆	玉ねぎ 人参 ビーマン えのき	お米 さつま芋	肉や 卵類
22 木			スパニッシュオムレツ ポトフ キャベツのサラダ	ツナトースト	卵 鶏肉	人参 玉ねぎ キャベツ きゅうり コーン しめじ ビーマン	お米 スパゲティ ジャガイモ	卵や いも類
23 金			肉じゃが ほうれん草の白和え ビーマンのおかか炒め	ぶどうゼリー	豚肉 豆腐	玉ねぎ 人参 ほうれん草 しめじ ビーマン	お米 系こんにやく ジャガイモ	豆類や 淡色野菜
24 土			肉うどん キャベツの昆布和え	黒糖 蒸しパン	牛肉	玉ねぎ 人参 しいたけ キャベツ きゅうり	うどん	魚や 卵類
25 日								
26 月			高野豆腐の卵とじ 小松菜の味噌汁 きゅうりの酢の物	わらび餅	鶏肉 卵 えび しらす 豆腐 油揚げ	人参 玉ねぎ 大根 きゅうり キャベツ 小松菜	お米	魚や 緑黄色野菜
27 火			カレーうどん トマトのじゃこが 刻み昆布の煮物	さけ寿司	鶏肉 しらす 油揚げ 蒸し大豆	玉ねぎ 人参 きゅうり トマト いんげん	うどん ジャガイモ	海藻類 淡色野菜
28 水	虫歯予防集会 誕生会 歯科健診		ロールパン 魚のミンチポール マカロニサラダ キャベツとベーコンのソテー	小豆蒸しパン	すり身 ハム 卵 ベーコン	玉ねぎ きゅうり 人参 コーン キャベツ チンゲン菜	ロールパン マカロニ	肉や 豆類
29 木			わかめと卵の炒め物 豚汁 ほうれん草のおかか和え	フルーツ トースト	卵 豚肉 豆腐 油揚げ	玉ねぎ 人参 ほうれん草 もやし 大根 ごぼう	お米 こんにやく さつま芋	魚や 乳製品
30 金			ユーリンチー エビマサラ ふわふわスープ	カステラ	鶏肉 エビ 卵	きゅうり 人参 キャベツ スナップ豆 玉ねぎ	お米 ジャガイモ	肉や 種実類

7月の予定

1日(土)：幼児組参観日
※ばす組、ひこうき組、ろけっと組が対象です。
※この他のクラスの子どもさんは、ご家庭での保育にご協力をお願いします。

22日(土)：夏まつり
※この日の午後保育はありません。
※詳細は後日お知らせします。



献立表の は『絵本に出てくるメニュー』です

今月の絵本は…

7日：「ジャイアント ジャムサンド」
ジャムサンド
16日：「いもほりコロケ」
ポテトコロケ

☆給食室の美味しいレシピ☆

【抹茶豆乳蒸しパン】

【材料】アルミカップ6個分

- ・蒸しパンMIX…200g
- ・抹茶…3g
- ・豆乳…120g
- ・甘納豆…60g (小さく刻んでおく)

【作り方】

- ①ボウルに蒸しパンMIX、抹茶、豆乳を入れ混ぜる。
- ②アルミカップに流し込み、刻んでおいた甘納豆を上にとッピングする。
- ③100度で10分蒸す。

豆乳を入れることでふわふわの蒸しパンに仕上がります★甘納豆の甘さが引き立つ優しい味の蒸しパンです！