

献立表 6月

2023/5/30 やまのうちほいくえん

乳児（あひる・あかぐみ）、幼児（もも・き・あおぐみ）

これから気温・湿度が高くなっていくと食中毒に気をつけたいですね。園では衛生面以外に『鶏肉』を使わないことも予防策と考え、6月・7月はメニューに入りません。畑で収穫した新玉ねぎをとろとろ煮に使ったり、これから夏野菜もどんどん取り入れていきたいと思ひます。こまめな水分補給も忘れずにしましょう。30日(金)はおやつに水無月を食べます。元気に夏が過ごせますように…

	㊦ 12・26	㊧ 13・27	㊨ 14・28	㊩ 1・15・29	㊪ 2・16・30	㊫ 3・17
献立	じゃが芋の そばろあんかけ オクラの梅肉和え すまし汁 ごはん	冷しゃぶ みそ汁 くだもの ごはん	プルコギ 小松菜とモロヘイヤの しらす和え 中華スープ ごはん	煮豚 ポテトサラダ コンソメスープ ごはん	アジの南蛮漬け オクラときゅうりの 和えもの みそ汁 ごはん	焼うどん みそ汁 うどん
材料	豚ミンチ 水煮大豆 じゃが芋 玉ねぎ 赤パプリカ えんどう豆 片栗粉 酒、みりん しょうゆ、砂糖 オクラ えのき 人参 梅干し 花かつお しょうゆ 花ふ ゆば みつば 酒、みりん しょうゆ、塩	豚肉 キャベツ きゅうり ピーマン 黄パプリカ トマト 太もやし レモン しょうゆ、砂糖 酒、みりん 豆腐 なめこ ねぎ 味噌 オレンジなど	牛肉 玉ねぎ 人参 なす エリンギ ニラ にんにく、土生姜 しょうゆ、砂糖、酒 小松菜 モロヘイヤ しらす干し 人参 大根 酢、しょうゆ、油 わかめ コーン 鶏ガラスープ、塩	豚肉 しょうゆ、酒、砂糖 じゃが芋 きゅうり 新玉ねぎ 人参 りんご マヨドレ、酢、砂糖、塩 ごぼう 人参 キャベツ しめじ パセリ コンソメ、塩	アジ 新玉ねぎ 人参 ピーマン 酢、砂糖、しょうゆ、酒 油、片栗粉、土生姜 オクラ きゅうり 人参 花かつお しょうゆ さつま芋 玉ねぎ 小松菜 味噌	うどん 豚肉 キャベツ ピーマン 人参 玉ねぎ 花かつお 酒、みりん しょうゆ、砂糖 ふ わかめ 油あげ 味噌
おやつ	とうもろこし、牛乳 とうもろこし、塩	ちりめんじゃこトースト、牛乳 食パン、ちりめんじゃこ マヨドレ、青のり	冷やしうどん、お茶 細うどん、油あげ、ねぎ とろろ昆布、オクラ等具材 うす口しょうゆ、酒、みりん 塩、砂糖、濃口しょうゆ、昆布	お豆腐ブラウニー、牛乳 豆腐、豆乳、米粉、砂糖 ココア、サラダ油 ベーキングパウダー	(2・16日)わらびもち、牛乳 (30日)水無月、牛乳 (2・16日)わらびもち粉、砂糖 黒砂糖、きなこ、抹茶など (30日)米粉、白玉粉、塩、砂糖 甘納豆	おせんべい、果物など、お茶
	㊦ 5・19	㊧ 6・20	㊨ 7・21	㊩ 8・22	㊪ 9・23	㊫ 10・24
献立	酢豚 キャベツとコーンの サラダ すまし汁 ごはん	さわらのいそべ焼き スティック野菜 新玉ねぎのとろとろ煮 ごはん	ビビンバ 中華スープ くだもの ごはん	キーマ風カレー トマトのマリネ ごはん	カレイの梅煮 ネバネバサラダ みそ汁 ごはん	きつねうどん 小松菜のおかか和え うどん
材料	豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 片栗粉 鶏ガラスープ、酢 しょうゆ、酒、砂糖 キャベツ コーン ひじき 水煮大豆 赤パプリカ きゅうり マヨドレ、酢、砂糖、塩 なす 人参 オクラ 酒、みりん しょうゆ、塩	さわら 青のり 酒、しょうゆ、油 じゃが芋 きゅうり トマト そら豆 塩 新玉ねぎ 人参 えんどう豆 片栗粉 しょうゆ、酒 みりん、砂糖	牛肉 太もやし ほうれん草or小松菜 人参 ねぎ にんにく しょうゆ、酒 砂糖、みりん 豆腐 大根 人参 わかめ コーン 鶏ガラスープ、塩 オレンジなど	合挽きミンチ 水煮大豆 じゃが芋 玉ねぎ 人参 なす バター 小麦粉 カレー粉 スキムミルク ヨーグルト チーズ ケチャップ、黒砂糖、塩 トマト きゅうり 新玉ねぎ 黄パプリカ 酢、砂糖 塩、オリーブ油	カレイ 酒、みりん、砂糖 しょうゆ、梅干し 土生姜 オクラ めかぶ 人参 えのき モロヘイヤ きゅうり 大根 しょうゆ、みりん 豆腐 油あげ 玉ねぎ ねぎ 味噌	うどん 油あげ コーン 天かす ねぎ 昆布、酒、みりん、塩 うすくちしょうゆ 砂糖、濃口しょうゆ 小松菜 黄パプリカ 人参 花かつお しょうゆ
おやつ	ミルクフランス(豆乳ココア味)、牛乳 フランスパンロール、砂糖 コーンスターチ、ココア 豆乳	梅・じゃこ・わかめごはんの おにぎり、牛乳 米、昆布、塩、梅干し わかめ、ちりめんじゃこ 焼のり	米粉の小豆いろいろ、牛乳 米粉、片栗粉 砂糖、あんこ	フルーツ寒天、お茶 寒天、砂糖、みかん缶 黄桃缶or白桃缶 オレンジなど	抹茶小豆焼きもちパン、牛乳 米粉、白玉粉、抹茶、塩、砂糖 油、甘納豆	ビスケット、果物など、お茶

※味の微調整のために、調味料は材料の欄に記載がなくても使用することがあります。