

平成29年度

6月



# ぱくぱく



### ☆お知らせ☆

- 給食に取り入れた旬の食材は・・・『おくら・きゅうり・トマト・ピーマン・さくらんぼ』です。
- 3歳未満月は13・23日が味付きご飯です。その他の日は白ご飯になっています。
- 1日はお弁当箱におかずを詰めます。3歳以上児はおにぎりをお弁当箱に入れてきてください。

日	曜日	メニュー			きゅうしょくのざいりょう			家でとりた食物
		3才未満児 朝おやつ	おひるの きゅうしょく	みんなの おやつ	エネルギーになるもの (きいろ)	ちやにくになるもの (あか)	びょうきをやっつけるもの (みどり)	
1	木	やきふかし	<b>【ピクニック日】</b> まつかぜやき ツナごまきゅうり ひじきのちゅうかあえ さくらんぼ缶	ミルクパン	ばんこ さとう ごま ごまあぶら	とりひきにく たまご みそ ツナ ハム	たまねぎ しょうが あおのり きゅうり ひじき にんじん きゅうり とうもろこし さくらんぼ缶	大豆製品 葉菜類
2	金	じゃがバター	ひやししゃぶしゃぶ かぼちゃのあまからに グレープフルーツ	ココアフレーククッキー	さとう あぶら	ふたにく みそ とりひきにく	もやし わかめ きゅうり ミニトマト かぼちゃ たまねぎ グレープフルーツ	卵類 いも類
5	月	バナナ	とうふとひじきのつくね レタス まめとりんごのサラダ みかん缶	わらびもち	ばんこ さとう じゃがいも マヨネーズ	とうふ とりひきにく たまご ハム	ひじき たまねぎ レタス りんご きゅうり ミックスビーンズ みかん缶	魚類 きのこと類
6	火	ハンパディング	はっぼうさい さといものそぼろに オレンジ	カルシウムラスク	あぶら かたくりこ ごまあぶら さといも さとう	ふたにく うずらのたまご いか えび とりひきにく	にんにく にんじん たまねぎ チンゲン菜 しいたけ たけのこ えだまめ オレンジ	大豆製品 海藻類
7	水	ジャムヨーグルト	はんぺんコロッケ ゆできゃべつ カッターチーズあえ パイン缶	あずきケーキ	マヨネーズ ばんこ あぶら さとう ごま	はんぺん しらす スキムミルク	きゃべつ ほうれんそう にんじん もやし パイン缶	肉類 いも類
8	木	バタートースト	カレーうどん きりほしたいこんのうめサラダ じゃがいもごまに さくらんぼ	フルーツかんでん	うどん あぶら さとう ごま じゃがいも	ふたひきにく ベーコン かつおぶし	にんにく たまねぎ にんじん えのき しめじ ほうれんそう きりほしたいこん きゅうり とうもろこし うめし さくらんぼ	卵類 大豆製品
9	金	マカロニの あべかわ	さわらのタルタルソースかけ ゆでえだまめ こざかなサラダ ゴールドキウイ	たきこみむすび	マヨネーズ あぶら ごまあぶら	さわら たまご しらす	たまねぎ パセリ えだまめ きゅうり レタス みかん缶 ミニトマト ゴールドキウイ	肉類 きのこと類
12	月	ももヨーグルト	とりにくのパークューソース レタス こまつなのごまあえ バナナ	おからのパウンドケーキ	ごまあぶら さとう ごま	とりにく しらす	にんにく しょうが りんご レタス こまつな にんじん もやし バナナ	大豆製品 海藻類
13	火	ミルクきなこもち	とうふステーキ (きのことソース) コーンポテトサラダ もも缶 (3未:わかめご飯)	りんごむしぱん	かたくりこ あぶら バター じゃがいも マヨネーズ	とうふ ハム	にんにく えのき しめじ えだまめ とうもろこし さやいんげん あかピーマン もも缶	魚類 葉菜類
14	水	ラスク	ようふうたまごやき かりこりいりこ ひじきサラダ パイン缶	オレンジゼリー	マカロニ あぶら マヨネーズ さとう ごま	たまご ベーコン チーズ いりこ ツナ	トマト ピーマン たまねぎ ひじき きゃべつ にんじん きゅうり パイン缶	大豆製品 いも類
15	木	ぎょうざの かわピザ	もすくとむぎのスープ さといものごまあえ ちんげんさいとふたにくのみしめじ さくらんぼ	ミルクミックスパン	おしむぎ さといも さとう ごま あぶら	ベーコン たまご ふたにく みそ	たまねぎ にんじん えのき とうもろこし ねぎ しょうが ちんげんさい さくらんぼ	魚類 大豆製品
こ命日 16	金	バナナ	じゃがいものかわりいために もやしナムル みかん缶	ほうれんそうの カップケーキ	じゃがいも さとう こむぎこ ばんこ あぶら ごまあぶら ごま	たまご	えだまめ ひじき しらす たき もやし きゅうり しおこんぶ みかん缶	乳製品 きのこと類
19	月	あべかわもち	さけのさいきょうづけ おくらのごまあえ かぼちゃのカレーに もも缶	こくとうのラスク	さとう ごま バター	さけ みそ ベーコン とうふ	おくら かぼちゃ たまねぎ にんじん しめじ もも缶	卵類 葉菜類
20	火	チョコっと フレンチ	ふたにくのうめみしめじ きりほしたいこんとベーコンのもの パイン缶	ココアクッキー	あぶら マヨネーズ ごまあぶら ごま	ふたにく みそ ベーコン	にんじん さやいんげん レタス うめし きりほしたいこん パイン缶	魚類 いも類
誕生会 21	水	おやつ	おたのしみランチ	さんかくチーズパン				
22	木	フルーツ ヨーグルト	ごもくたまごとじ スパゲティとフルーツのサラダ オレンジ	きなこむしぱん	あぶら じゃがいも さとう スパゲティ マヨネーズ	あぶらあげ しらす たまご ハム	たまねぎ にんじん しめじ しめじ ねぎ きゃべつ りんご みかん缶 きゅうり オレンジ	肉類 海藻類
23	金	ホットケーキ	やさいらーめん ほうろくにれんこん ごまパニーポテト みかん缶 (3未:ゆかりご飯)	ういろう	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら マヨネーズ ごま さつまいも バター はちみつ	ふたにく ツナ	きゃべつ にんじん たまねぎ とうもろこし ねぎ しいたけ れんこん うめし みかん缶	卵類 大豆製品
26	月	マカロニの あべかわ	しろみざかなのオーロラやき ゆでえだまめ ごもくひじき もも缶	レモンケーキ	マヨネーズ あぶら さとう	あかうお たまご ぎゅうにゅう あぶらあげ たいす	たまねぎ にんじん えだまめ ひじき こんちやく さやいんげん もも缶	肉類 葉菜類
27	火	フルーチェ	とりにくのごまてりやき レタス こまつなのひたし パイン缶	チョコミックスパン	さとう ごま	とりにく しらす	レタス こまつな もやし にんじん パイン缶	卵類 いも類
28	水	かぼちゃの チーズやき	レバーのマリアソース レタス おからサラダ キウイフルーツ	ぎゅうにゅうかんでん	かたくりこ あぶら マヨネーズ	ふたレバー おから ツナ とうにゅう	しょうが レタス きゅうり とうもろこし にんじん キウイフルーツ	魚類 きのこと類
29	木	ごへいもち	サラダうどん ほうれんそうのソテー バナナ	レーズンクッキー	うどん マヨネーズ ごま あぶら	とりさきみ かつおぶし ベーコン	きゅうり わかめ レタス トマト ほうれんそう とうもろこし にんじん たまねぎ バナナ	大豆製品 いも類
30	金	ジャムサンド	とうふカレー ピーマンのきんぴら じゃこじゃが みかん缶	グレープフルーツ オレンジ	あぶら ごまあぶら さとう ごま じゃがいも	とうふ ふたひきにく さつまあげ しらす	にんにく しょうが たまねぎ にんじん えだまめ ピーマン あかピーマン きいろピーマン みかん缶	卵類 海藻類

\*みんなのおやつで毎日牛乳を100ml飲みます。

平成29年5月31日 社会福祉法人 百華児童苑 嘉川保育園