

2019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・・・

『きゅうり・オクラ・トマト・さくらんぼ・パイナップル』です。

●3歳未満児は13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。

●6日はお弁当箱におかずを詰めます。

日	曜日	メニュー			きゅうしょくのざいりょう			家での食べ物
		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)	
3	月	スティックゼリー	まつかせやき ツナごまきゅうり わかびーあえ さくらんぼ缶	レモンケーキ	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	たまねぎ しょうが あおさ きゅうり ピーマン にんじん もやし わかめ さくらんぼ缶	いも類 海藻類
4	火	ぎょうざの かわピザ	もずくとむぎのスープ さといものごまあえ ちんげんさいとぶたにくのみそいため グレープフルーツ	りんごむしばん	おおむぎ さとも ごま さとう あぶら	ベーコン たまご ぶたにく みそ	もずく たまねぎ にんじん えのき ねぎ とうもろこし ちんげんさい しょうが グレープフルーツ	魚類
5	水	ジャムヨーグルト	とうふとひじきのつくね レタス まめとりんごのいろどりサラダ 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 だいず ハム	ひじき たまねぎ レタス りんご きゅうり いんげん えだまめ みかん缶	きのこ類
6	木	ごへいもち	【ピクニック】 さけのてりやき ミニトマト チーズちくわ やさいののりずあえ もも缶	カルシウムラスク	ごま さとう	さけ ちくわ チーズ	しょうが ミニトマト こまつな にんじん もやし あまのり もも缶	いも類 大豆製品
7	金	ハナナ	はっほうさい さといものぞぼろに オレンジ	ぶどうムースゼリー	あぶら ごまあぶら かたくりこ さといも さとう	ぶたにく いか えび うずらたまご とりひきにく	にんにく にんじん たまねぎ ほししいたけ ちんげんさい だけのこ えだまめ オレンジ	海藻類
10	月	バタートースト	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	りんご バナナ	マカロニ 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 レモン キャベツ にんじん きゅうり パイン缶	いも類 大豆製品
11	火	マカロニあべかわ	さわらのタルタルソースがナ 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 レモン えだまめ レタス きゅうり みかん缶 トマト ゴールドキウイ	肉類 きのこと類
12	水	ジャムのせ クラッカー	とりにくのバーベキューソース レタス こまつなごまあえ ハナナ	ももかんてん	ごまあぶら さとう ごま	とりにく	りんご にんにく しょうが レタス こまつな にんじん ハナナ	大豆製品 海藻類
13	木	ミルクきなこもち	とうふステーキ (きのこソース) スパゲティサラダ もも缶 (未:あおなごはん)	まきまきウインナー	かたくりこ あぶら バター スパゲティ マヨネーズ	とうふ ハム	えのき しいたけ しめじ にんにく トマト えだまめ きゅうり キャベツ もも缶	卵類 魚類
14	金	ごはんせんべい	カレーうどん わかめとこざかなのあます じゃがいもごまに さくらんぼ	ココアクッキー	うどん あぶら さとう ごま じゃがいも	ぶたひきにく しらす	たまねぎ にんじん ほうえんそう えのき しめじ にんにく わかめ きゅうり さくらんぼ	大豆製品
17	月	ホットケーキ	とりにくのスパイスやき レタス さつまいもサラダ ハナナ	パイナップル	さつまいも マヨネーズ	とりにく ハム	しょうが レタス きゅうり ハナナ	魚類 野菜類
18	火	ハナナ	にくじゃが ほうれんそうのごまみそあえ みかん缶	かぼちゃの カップケーキ	じゃがいも あぶら さとう ごま	ぶたひきにく みそ	にんじん たまねぎ さやいんげん こんにゃく ほうれんそう きりぼしだいこん みかん缶	海藻類 卵類
19	水	あべかわもち	さわらのさいきょうづな オクラのごまあえ かぼちゃのカレーに もも缶	みずようかん	さとう ごま バター	さわら みそ とうふ ベーコン	オクラ かぼちゃ たまねぎ にんじん しめじ もも缶	いも類 野菜類
20	木	りんご	ぶたにくのうめみそいため きりぼしだいこんとベーコンのもの パイン缶	ブリッツ	マヨネーズ あぶら ごまあぶら ごま	ぶたにく みそ ベーコン	うめぼし にんじん レタス きりぼしだいこん パイン缶	魚類 きのこと類
21	金	クラッカー	おたのしみランチ					
24	月	フルーツ ヨーグルト	ごもくたまごとじ ひじきのちゅうかうあえ キウイフルーツ	きなこむしばん	さとう じゃがいも あぶら ごまあぶら ごま	あぶらあげ たまご しらす ハム	しいたけ たまねぎ しめじ にんじん ねぎ ひじき きゅうり とうもろこし キウイフルーツ	肉類 海藻類
25	火	じゃがバター	ひやししゃぶしゃぶ かぼちゃのぶくめに さくらんぼ	コーンフレーククッキー	さとう	ぶたにく	もやし わかめ ミニトマト きゅうり かぼちゃ さくらんぼ	魚類 油類
26	水	バームクーヘン	あかうおのオーロラやき ゆでえだまめ ごもくひじき もも缶	オレンジゼリー	マヨネーズ あぶら さとう	あかうお たまご きゅうりにゅう あぶらあげ だいず	たまねぎ にんじん えだまめ ひじき こんにゃく もも缶	肉類 きのこと類
27	木	フルーチェ	とりにくのごまてりやき レタス こまつなのにびたし パイン缶	チョコパン	さとう ごま	とりにく しらす	レタス こまつな はくさい にんじん パイン缶	大豆製品 野菜類
28	金	ジャムサンド	とうふカレー あますキャベツ じゃこじゃが キウイフルーツ	グレープフルーツ オレンジ	あぶら さとう じゃがいも しらす	とうふ ぶたひきにく カニカマ しらす	たまねぎ にんじん にんにく しょうが えだまめ キャベツ もやし キウイフルーツ	卵類 きのこと類

\*みんなのおやつで毎日牛乳を100ml飲みます。

2019年5月31日 社会福祉法人 百華児童苑 嘉川保育園