令和２年度　6月

ぱくぱく

●給食に取り入れた旬の食材は・・・・『あじ・えだまめ・オクラ・きゅうり・トマト・ピーマン・パプリカ・キウイ』です。
●3歳未満児は２日と22日が味付きご飯です。そのほかの日は白ご飯になっています。

	曜日	メニュー			きゅうしょくのざいりょう			家でとりたい食べ物
		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）	
1	月	チョコっと フレンチ	ごもくたまごとじ　スパゲティサラダ グレープフルーツ	にんじんカップケーキ	さとう　じゃがいも　あぶら スパゲティ　マヨネーズ	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 レタス　きゅうり　うめぼし　グレープフルーツ	海藻類
2	火	ミルクきなこもち	サラダうどん　かぼちゃのふくめに ゴールドキウイ　（3未：ゆかりごはん）	チーズスコーン	うどん　マヨネーズ　ごま さとう	ささみ　かつおぶし	きゅうり　わかめ　レタス　トマト　かぼちゃ ゴールドキウイ	いも類　卵類
3	水	フルーチェ	コーンフレークチキン　ゆでキャベツ とうふカルボナーラ　パイン缶	りんご オレンジ	マヨネーズ　コーンフレーク パンこ　スパゲティ　あぶら	とりにく　ベーコン　とうふ チーズ	キャベツ　にんじん　たまねぎ　パセリ　パイン缶	魚類　野菜類
4	木	バナナ	さけのさいきょうやき　さといものそぼろに かみかみあえ　もも缶	クリームパン	さとう　さといも　あぶら	さけ　みそ　とりひきにく さきいか	えだまめ　きりぼしだいこん　きゅうり にんじん　もも缶	葉菜類
5	金	せんべい	ポークカレー　おくらのごまあえ　ごもくひじき みかん缶	ういろう	じゃがいも　あぶら　さとう ごま	ぶたにく　あぶらあげ　だいず	たまねぎ　にんじん　ほうれんそう　にんにく オクラ　ひじき　こんにゃく　えだまめ　みかん缶	魚類　きのこ類
8	月	ラスク	ちゅうかふうにくだんご　レタス きりぼしだいこんのちゅうかあえ　みかん缶	あおなむすび	かたくりこ　さとう　ごまあぶら	ぶたひきにく　ツナ	しめじ　たまねぎ　ねぎ　しょうが　レタス きりぼしだいこん　こまつな　にんじん　みかん缶	卵類　海藻類
9	火	ももヨーグルト	とうふステーキ（きのこソース） こまつなとベーコンのいためもの　オレンジ	ぎゅうにゅうかんてん	かたくりこ　あぶら	とうふ　バター　ベーコン	えのき　しいたけ　しめじ　にんにく　えだまめ こまつな　にんじん　オレンジ	いも類　根菜類
10	水	かぼちゃの チーズやき	ごもくスープ　おからサラダ じゃこじゃが　さくらんぼ	メープルクッキー	はるさめ　マヨネーズ　さとう じゃがいも　あぶら	とりにく　おから　ツナ　しらす とうにゅう	しいたけ　ほうれんそう　たまねぎ　にんじん きゅうり　とうもろこし　さくらんぼ	卵類
11	木	マカロニの あべかわ	きのこオムレツ　ゆでえだまめ ちんげんさいとぶたにくのみそいため　もも缶	チージャムサンド	あぶら　さとう	たまご　とりひきにく　クリーム スキムミルク　ぶたにく　みそ	しめじ　えのき　たまねぎ　にんじん　えだまめ チンゲンサイ　しょうが　もも缶	魚類　海藻類
12	金	バタートースト	【ピクニックの日】 とりにくのごまてりやき　サニーレタス ミニトマト　ばいにくれんこん　りんご	せんべい	さとう　ごま　マヨネーズ	とりにく　ツナ	レタス　ミニトマト　れんこん　うめぼし　りんご	大豆製品　野菜類
15	月	パンプディング	とりにくのバーベキューソース　ゆでキャベツ シーフードサラダ　もも缶	わらびもち	ごまあぶら　あぶら	とりにく　えび　いか	りんご　にんにく　しょうが　キャベツ　きゅうり とうもろこし　わかめ　もも缶	卵類　いも類
ご命日 16	火	バナナ	なまあげのあまずいため コールスローサラダ　みかん缶	スノーボールクッキー	さとう　かたくりこ　あぶら マヨネーズ	なまあげ	にんじん　たまねぎ　ピーマン　たけのこ にんにく　キャベツ　とうもろこし　みかん缶	葉菜類　きのこ類
17	水	みかんヨーグルト	さわらのタルタルソース　ゆでえだまめ ごもくあえ　キウイフルーツ	ウインナードッグ	マヨネーズ　はるさめ　さとう ごま	さわら　たまご	たまねぎ　パセリ　えだまめ　もやし　ほうれんそう にんじん　しいたけ　キウイフルーツ	肉類　海藻類
18	木	やきふがし	ぶたにくのしょうがいため　レタス ひじきサラダ　バナナ	まっちゃミルクむしぱん	あぶら　ごま　マヨネーズ	ぶたにく　かにかま	しょうが　レタス　たまねぎ　ひじき　きゅうり とうもろこし　バナナ	いも類　大豆製品
誕生会 19	金	ビスケット	♪　おたのしみランチ　♪	メロンパン				
22	月	あべかわもち	バンバンジー　ジャーマンポテト　バナナ （3未：わかめごはん）	マーマレードケーキ	ごまあぶら　さとう　ごま じゃがいも	ささみ　みそ　バター　ベーコン	きゅうり　にんじん　もやし　ミニトマト たまねぎ　とうもろこし　パセリ　バナナ	卵類　葉菜類
23	火	ぎょうざの かわピザ	とうふのキッシュ　かりこりいりこ やきビーフン　ゴールドキウイ	こくとうのふラスク	さとう　ごま　あぶら　ビーフン ごまあぶら	とうふ　ベーコン　たまご　チーズ クリーム　スキムミルク　いりこ ぶたにく	ほうれんそう　しめじ　たまねぎ　にんじん あおピーマン　しいたけ　ゴールドキウイ	肉類　魚類
24	水	ジャムヨーグルト	ぷりぷりちゅうかいため　チーズサラダ　パイン缶	オレンジゼリー	ごまあぶら　あぶら　かたくりこ さとう　マカロニ　マヨネーズ	とりにく　うずらたまご　チーズ ツナ	にんにく　しょうが　こんにゃく　たまねぎ たけのこ　しいたけ　にんじん　ピーマン きゅうり　パイン缶	大豆製品　海藻類
25	木	ごへいもち	あじのたつたあげ　レタス コーンポテトサラダ　もも缶	グレープフルーツ オレンジ	あぶら　かたくりこ　じゃがいも マヨネーズ	あじ　ハム	しょうが　レタス　とうもろこし　いんげん パプリカ　もも缶	卵類　きのこ類
26	金	ジャムサンド	カレーうどん　かぼちゃのごまあえ きりぼしだいこんとベーコンのにもの　みかん缶	きなこごまクッキー	うどん　あぶら　ごま　さとう ごまあぶら	ぶたひきにく　ベーコン	たまねぎ　にんじん　ほうれんそう　えのき　しめじ にんにく　かぼちゃ　きりぼしだいこん　みかん缶	いも類　魚類
29	月	じゃがバター	レバーのマリアナソース　レタス だいずのしおこんぶマヨサラダ　みかん缶	チョコマフィン	かたくりこ　さとう　あぶら マヨネーズ　ごま	ぶたレバー　だいず	レタス　きゅうり　しおこんぶ　みかん缶	卵類　野菜類
30	火	バナナヨーグルト	さけのみそマヨやき　ツナごまきゅうり ピーマンのきんぴら　パイン缶	フルーツかんてん	マヨネーズ　ごま　ごまあぶら さとう	さけ　みそ　ツナ　さつまあげ	きゅうり　ピーマン　パプリカ　パイン缶	肉類　葉菜類

＊みんなのおやつで毎日牛乳を100ｍｌ飲みます。

2020年５月29日　社会福祉法人　百華児童苑　嘉川保育園