

2019年

6月献立表

やしお花桃保育園

日付	献立名	材料名	【〇10時のやつ】 おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
1 土	園内整備のため給食はありません			
3 月	ゆかりご飯 かき揚げの磯辺揚げ ブロッコリーとツナの和え物 すまし汁	牛乳/米、ゆかり/かき揚げ、片栗粉、サラダ油、食塩、あおのり/ブロッコリー、ツナ、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油/みずな、えのきたけ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/牛乳/米、とりに、刻みこんぶ、にんじん、油揚げ、ごま油、しょうゆ、砂糖、食塩/にんじん、ごま油、あおのり	◎牛乳 牛乳 昆布だし 青のり煮干し	613(531) 30.6(25.0) 18.9(17.8) 3.8(3.0)
4 火	ドライカレー 春雨サラダ オレンジ	牛乳/米、食塩、パセリ粉、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、カレー粉/はるさめ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油/オレンジ/牛乳/米、とりに、にんじん、ごま油、かつおだし汁、米みそ、食塩	◎牛乳 牛乳 おやつ雑炊	608(540) 25.4(22.9) 16.9(16.5) 3.1(2.5)
5 水	ご飯 鶏肉のケチャップ煮 ほうれん草とツナのサラダ 肉団子スープ	牛乳/米/とりに、サラダ油、たまねぎ、ケチャップ、ウスターソース、砂糖/ほうれん草、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、とりに、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、はるさめ、ねぎ、水、しょうゆ、中華だし/牛乳/白玉粉、上新粉、いちごジャム	◎牛乳 牛乳 白玉団子 いちごジャム	591(523) 29.7(26.0) 15.3(15.1) 3.0(2.4)
6 木	ご飯 ひじきバーグ 切干大根の旨煮 みそ汁	牛乳/米/ぶた肉、とりに、たまねぎ、ひじき、えのきたけ、砂糖、食塩、ウスターソース、ケチャップ/切り干しだいこん、油揚げ、にんじん、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料/なめこ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/ビーフン、ぶた肉、たまねぎ、赤ピーマン、ピーマン、サラダ油、食塩、しょうゆ、酒、砂糖、中華スープ、カレー粉	◎牛乳 牛乳 カレービーフン	603(533) 24.9(22.4) 19.8(18.8) 4.9(3.9)
7 金	おかめご飯 鶏の唐揚げ キャベツの中巻風サラダ 中華スープ	牛乳/米、炊き込みおかめ/とりに、しょうゆ、酒、しょうゆ、ニンニク、片栗粉、サラダ油、キャベツ、ツナ、きゅうり、塩こんぶ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油/ごま油、しめじ、水、中華だし、食塩/牛乳/米、とりも、ごぼう、にんじん、干しいたけ、こんにやく、かつおだし汁、食塩、しょうゆ、みりん風調味料、酒	◎牛乳 牛乳 五目ご飯	584(515) 23.0(20.6) 16.3(16.0) 2.5(2.0)
8 土	野菜あんかけ丼 かぼちゃの甘煮 みそ汁	牛乳/米、ぶた肉、ごま油、にんじん、ねぎ、片栗粉、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油、かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、油揚げ、わかめ、かつおだし汁、米みそ/寒天/りんごジュース、りんご、アガー、砂糖	◎牛乳 麦茶 りんごゼリー	605(548) 16.7(16.5) 16.3(16.9) 4.8(3.9)
10 月	ご飯 かじきの竜田揚げ 小松菜とツナの和え物 すまし汁	牛乳/米/かじき、しょうゆ、しょうゆ、酒、片栗粉、サラダ油/ごま油、ニンニク、ツナ、しょうゆ、砂糖、酢、油揚げ、さいたま、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/寒天/米、ぶた肉、米みそ、みりん風調味料、砂糖、酒/にんじん、ごま油、あおのり	◎牛乳 麦茶 肉味噌おにぎり 青のり煮干し	611(554) 27.0(24.8) 16.0(16.6) 3.2(2.6)
11 火	ひじきご飯 わかめがけ カリフラワーとコーンの和え物 みそ汁	牛乳/米、ひじき、とりに、にんじん、サラダ油、砂糖、しょうゆ、みりん風調味料、かつおだし汁/とりに、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しらたき、サラダ油、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、酒/カリフラワー、コーン、ブロッコリー、サラダ油、酢、砂糖、食塩/だいこん、ねぎ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/米、カレー粉、パセリ粉、ぶた肉、たまねぎ、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、砂糖、カレー粉	◎牛乳 牛乳 おやつキーマライス	634(557) 25.1(22.6) 17.7(16.9) 4.9(3.9)
12 水	ご飯 から揚げ南蛮 ピーマンサラダ 中華スープ	牛乳/米/とりに、酒、ニンニク、しょうゆ、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、酢、砂糖、水、ねぎ、パセリ粉、キャベツ、きゅうり、コーン/しょうゆ、酢、砂糖、食塩、ごま油/ごま油、しめじ、水、中華だし、食塩/牛乳/米、ツナ、たまねぎ、にんじん、ごま油、しょうゆ、食塩	◎牛乳 牛乳 ツナチャーハン	608(540) 25.8(23.3) 17.2(16.8) 2.3(1.8)
13 木	ミートソース丼 キャベツとツナのサラダ コンソープ	牛乳/米、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ/キャベツ、きゅうり、ツナ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油/コーン、ごま油、水、中華だし、食塩/牛乳/りんごジュース、にんじん、砂糖、アガー	◎牛乳 牛乳 キャロットゼリー	550(490) 21.1(19.5) 18.7(16.4) 3.7(2.8)
14 金	ごきつねご飯 ししやもの塩焼き 大根ときゅうりの和え物 とろろ昆布汁	牛乳/米、とりも、油揚げ、にんじん、かつおだし汁、食塩、しょうゆ、みりん風調味料、酒/ししやも、水、サラダ油、片栗粉/切り干しだいこん、きゅうり、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、とろろこんぶ、菜の花、にんじん、水、みりん風調味料、食塩、しょうゆ/牛乳/ごま油、しょうゆ、食塩	◎牛乳 牛乳 煮しや 煮しや	569(498) 22.5(20.5) 16.3(16.1) 4.6(3.4)
15 土	マーボー春雨丼 ブロッコリーとツナのサラダ 中華スープ	牛乳/米、ぶた肉、にんじん、ねぎ、赤ピーマン、はるさめ、干しいたけ、ニンニク、淡色みそ、みりん風調味料、酒、ごま油、片栗粉/ブロッコリー、ツナ、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油/ごま油、コーン、水、中華だし、食塩、寒天/米、さけ	◎牛乳 麦茶 鮭おにぎり	581(519) 23.5(21.9) 16.4(16.9) 3.6(2.8)
17 月	ご飯 さばのみそ煮風焼き ほうれん草とツナのサラダ すまし汁	牛乳/米/さば、米みそ、しょうゆ、酒、みりん風調味料、砂糖、水/ほうれん草、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、さいたま、油揚げ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/牛乳/米、しらたき、ごま油、ねぎ、しょうゆ、酢	◎牛乳 牛乳 しょうゆかけおにぎり	600(513) 28.9(23.6) 19.0(17.0) 3.0(2.4)

6月献立表

やしお花桃保育園

日付	献立名	材料名	【〇10時のやつ】 おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
18 火	ご飯 かみかみバーグ 刻み昆布の旨煮 みそ汁	牛乳/米/ぶた肉、とりに、たまねぎ、ひじき、赤ピーマン、砂糖、食塩、ウスターソース、ケチャップ/刻みこんぶ、にんじん、油揚げ、ごま油、しょうゆ、砂糖、なめこ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/さつまいも、サラダ油、メープルシロップ、砂糖、食塩	◎牛乳 牛乳 メープルポテト	603(525) 23.1(20.9) 18.7(17.9) 6.5(5.0)
19 水	ご飯 鶏つくねの照り焼き ブロッコリーとコーンのサラダ きのこスープ	牛乳/米/とりに、たまねぎ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、酒/ブロッコリー、コーン、ごま油、酢、しょうゆ、砂糖、食塩/ごま油、しめじ、水、中華だし、食塩/牛乳/米、ひじき、ツナ、油揚げ、ねぎ、ごま油、しょうゆ、砂糖、酒	◎牛乳 牛乳 ひじきとツナご飯	593(527) 26.9(24.1) 16.8(16.4) 4.5(3.6)
20 木	ご飯 肉団子の甘酢がけ 小松菜のおかか和え すまし汁	牛乳/米/ぶた肉、たまねぎ、片栗粉、酒、しょうゆ、ひじき、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、片栗粉/ごま油、にんじん、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、かつお節/えのきたけ、みずな、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/牛乳/米、ぶた肉、たまねぎ、マッシュルーム、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、食塩	◎牛乳 牛乳 おやつミートライス	616(544) 25.8(23.2) 19.1(18.3) 3.3(2.6)
21 金	野菜あわがけ丼 キャベツの塩こんぶ和え けんちん汁	牛乳/米、ぶた肉、ごま油、にんじん、ねぎ、片栗粉、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油/キャベツ、塩こんぶ、ごま油/とりに、だいこん、にんじん、ごぼう、さいたま、ねぎ、油揚げ、ごま油、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/牛乳/じゃがいも、サラダ油、食塩、ケチャップ	◎牛乳 牛乳 フライドポテト/キャベツ	554(494) 20.6(18.7) 20.9(19.7) 4.4(3.5)
22 土	豚塩丼 里芋のそぼろ煮 みそ汁	牛乳/米、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、食塩、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、酒/とりに、サラダ油、さいたま、しょうゆ、砂糖、ほんだし、水、片栗粉、油揚げ、ごま油、ごま油、かつおだし汁、米みそ/寒天/米、かつお節、しょうゆ、みりん風調味料	◎牛乳 麦茶 おかかおにぎり	591(539) 19.1(18.6) 19.4(19.3) 3.5(2.8)
24 月	マーボー春雨丼 かぼちゃの甘煮 中華スープ	牛乳/米、ぶた肉、はるさめ、にんじん、ねぎ、干しいたけ、ニンニク、淡色みそ、みりん風調味料、酒、ごま油、片栗粉/かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、ごま油/コーン、水、中華だし、食塩/牛乳/みかん、りんご、パイナップル	◎牛乳 牛乳 ブルーベリーパンデ	572(514) 20.3(18.8) 14.8(14.9) 4.6(3.7)
25 火	フラワーライス カレーから揚げ ブロッコリーとツナのサラダ 肉団子スープ	牛乳/米、ぶた肉、にんじん、ねぎ、ごま油、しょうゆ、食塩、焼肉/とりに、ニンニク、カレー粉、しょうゆ、酒、砂糖、片栗粉、サラダ油/ブロッコリー、ツナ、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油/とりに、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、はるさめ、ねぎ、水、しょうゆ、中華だし/牛乳/アガー、砂糖、みかん、もも、ももジュース	◎牛乳 牛乳 フルーツゼリー	618(541) 32.1(27.9) 18.9(18.0) 3.0(2.4)
26 水	ご飯 豚だれいん 鶏と油揚げの旨煮 みそ汁	牛乳/米、寒天/ぶた肉、だいこん、にんじん、こんにやく、米みそ、砂糖、しょうゆ、みりん風調味料、かつおだし汁、サラダ油/とりに、切り干しだいこん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、サラダ油/なめこ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/さつまいも、サラダ油、食塩、砂糖	◎牛乳 牛乳 おさつちゅうぶ	594(527) 21.3(19.5) 23.5(21.8) 5.0(3.9)
27 木	味噌そばろ丼 さつまいもの甘煮 みそ汁	牛乳/米、ぶた肉、にんじん、サラダ油、淡色みそ、砂糖、みりん風調味料、酒、和風だし、水/さつまいも、砂糖、しょうゆ、はくさい、カットわかめ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/ぶた肉、だいこん、にんじん、ごぼう、こんにやく、ねぎ、油揚げ、サラダ油、かつおだし汁、米みそ	◎牛乳 牛乳 豚汁	613(542) 25.6(23.1) 22.5(21.0) 4.6(3.7)
28 金	ドライカレー キャベツとコーンの酢の物 りんご	牛乳/米、食塩、パセリ粉、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、コーン、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、カレー粉/キャベツ、きゅうり、みかん、酢、砂糖、しょうゆ、食塩、ごま油/りんご/牛乳/ビーフン、ぶた肉、赤ピーマン、にんじん、干しいたけ、サラダ油、しいたけだし汁、食塩、しょうゆ、酒、砂糖、中華スープ	◎牛乳 牛乳 五目ビーフン	594(529) 20.9(19.4) 18.8(18.0) 4.7(3.8)
29 土	鶏肉の照り焼き丼 大根ときゅうりの和え物 みそ汁	牛乳/米、とりに、しょうゆ、みりん風調味料、酒、しょうゆ、サラダ油、片栗粉、にんじん、きざみかり/切り干しだいこん、きゅうり、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、油揚げ、ごま油、かつおだし汁、米みそ/寒天/ぶどうジュース、アガー、砂糖	◎牛乳 麦茶 ぶどうゼリー	607(532) 25.2(23.1) 20.5(20.1) 4.7(3.7)
※食材の都合により献立が変更する場合があります。 ※園で初めて食べる食材がないようにしてください。				