平成29年　6月献立表　友田保育園

日／曜	献立名	材料名 熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	おやつ 午後／午前
1／木	ごはん コロッケ きゃべつとじゃこのサラダ もやしと人参の味噌汁 清見オレンジ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／じゃがいも／薄力粉／パン粉(乾燥)／調合油／きびざとう／オリーブ油／ショートケーキ	豚ひき肉／卵／ちりめんじゃこ／焼きのり／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／牛乳	玉葱／キャベツ／りょくとうもやし／にんじん／ねぎ／えのきたけ／セミノール	ケーキ 牛乳 野菜ジュース
2／金	上海風焼きそば えびのサラダ モロヘイヤのスープ バナナ	蒸し中華めん／かたくり粉／ごま油／きびざとう／マヨネーズ(全卵型)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油	豚中型種モモ(脂肪なし)／むきえび／卵／鶏若鶏肉胸(皮なし)／油揚げ／かつお加工品(かつお節)／牛乳	しょうが／にんにく(りん茎)／こまつな／にんじん／ブロッコリー／玉葱／モロヘイヤ(葉菜)／バナナ／ごぼう／生しいたけ(菌床栽培、生)	かやくむすび 牛乳 牛乳
3／土	ホットドッグ コロコロサラダ ミネストローネ バナナ	ロールパン／調合油／じゃがいも／マヨネーズ(全卵型)／マカロニ／カステラ	ウィンナー／ロースハム／ベーコン／牛乳	キャベツ／にんじん／きゅうり／とうもろこし缶詰(ホール)／玉葱／トマト缶詰(ホール)／バナナ	バームクーヘン 牛乳 豆乳
5／月	マーボーなす丼 中華サラダ 小松菜と油揚げの味噌汁 清見オレンジ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／かたくり粉／ごま油／パイ皮	豚ひき肉／米みそ(淡色辛みそ)／わかめ／油揚げ／かたくちいわし(煮干し)／牛乳	なす／にんじん／玉葱／グリンピース(冷凍)／きゅうり／りょくとうもやし／こまつな／セミノール／いちごジャム(低糖度)	いちごのジャムパイ 牛乳 飲むヨーグルト
6／火	ロールパン スペイン風オムレツ ほうれん草のソテー(ｺｰﾝ) かぼちゃのポタージュ バナナ	ロールパン／じゃがいも／オリーブ油／有塩バター／調合油／薄力粉／かたくり粉	ベーコン／卵／牛乳／豚ひき肉	玉葱／にんじん／青ピーマン／ほうれんそう／とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)／日本かぼちゃ／パセリ／バナナ／生しいたけ(菌床栽培、生)／しょうが	真珠蒸し 牛乳 牛乳
7／水	パエリア ひじきのマリネ トマトと卵のスープ メロン	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／有塩バター／調合油／きびざとう／コッペパン(市販品)／グラニュー糖	むきえび／鶏若鶏肉モモ(皮ﾅｼ、生)／ウィンナー／干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)／ロースハム／ベーコン／卵／きな粉(大豆)／牛乳	にんにく(りん茎)／玉葱／青ピーマン／赤ピーマン／にんじん／きゅうり／黄ピーマン／だいこん／トマト／パセリ／メロン(温室)	きなこ揚げパン 牛乳 豆乳
8／木	麦ごはん きすの青のり揚げ カミカミサラダ 豆腐とわかめの味噌汁 清見オレンジ	おおむぎ(押麦)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／調合油／マヨネーズ(全卵型)／上白糖	きす／卵／あおのり／まぐろ缶詰(油漬ﾌﾚｰｸﾀｲﾌﾟ)／大豆(国産、ゆで)／木綿豆腐／わかめ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／豚、ゼラチン／牛乳／ﾎｲｯﾌﾟｸﾘｰﾑ(乳脂肪・植物性)	れんこん／ごぼう／にんじん／きゅうり／ねぎ／セミノール／野菜生活(紫)ジュース	紫のミルクプリン 牛乳 飲むヨーグルト
9／金	ごはん 鶏肉の香味焼き 小松菜とさつま揚の煮物 実だくさん味噌汁 清見オレンジ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／白ごま(いり)／ごま油／きびざとう／薄力粉／粉砂糖／有塩バター／上白糖	鶏若鶏肉モモ(皮ﾅｼ、生)／さつま揚げ／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／卵／牛乳	ねぎ／しょうが／こまつな／だいこん／にんじん／ごぼう／ほんしめじ／こねぎ／セミノール／レモン(果汁、生)	レモンバー 牛乳 牛乳
10／土	スパゲティ ナポリタン きゃべつとコーンのサラダ コンソメスープ バナナ	スパゲッティ／調合油／きびざとう／じゃがいも／クリームパン	ロースハム／粉チーズ／ベーコン／牛乳	玉葱／にんじん／青ピーマン／マッシュルーム(水煮缶詰)／トマト缶詰(ホール)／キャベツ／きゅうり／とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)／パセリ／バナナ	ミニクリームパン 牛乳 豆乳
12／月	豚丼 五目和え 大根とえのきの味噌汁 清見オレンジ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／白ごま(いり)／だんご粉／かたくり粉	豚モモ(脂身付き)／ロースハム／油揚げ／わかめ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／きな粉(大豆)／牛乳	玉葱／にんじん／きゅうり／りょくとうもやし／だいこん／えのきたけ／セミノール	二色団子 牛乳 野菜ジュース
13／火	ロールパン 鶏肉のパン粉焼き かにサラダ コンソメスープ バナナ	ロールパン／薄力粉／パン粉(乾燥)／調合油／マヨネーズ(全卵型)／じゃがいも／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／白ごま(いり)	鶏若鶏肉モモ(皮ﾅｼ、生)／卵／粉チーズ／かに風味かまぼこ／しらす干し(半乾燥品)／カットわかめ／牛乳	パセリ／キャベツ／きゅうり／玉葱／にんじん／生しいたけ(菌床栽培、生)／バナナ	しらすとわかめのおにぎり 牛乳 牛乳
14／水	黒米入りごはん たらの甘酢あん 切干大根のスタミナ炒め 冬瓜の味噌汁 メロン	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／かたくり粉／調合油／ごま油／食パン(市販品)／きびざとう／有塩バター	まだら／豚ひき肉／油揚げ／木綿豆腐／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／卵／牛乳	にんじん／玉葱／グリンピース(冷凍)／切干しだいこん／ねぎ／にら／とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)／にんにく(りん茎)／しょうが／とうがん／こねぎ／メロン(温室)	フレンチトースト 牛乳 牛乳
15／木	夏野菜カレー カリフラワーサラダ わかめスープ 清見オレンジ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／じゃがいも／調合油／きびざとう／白ごま(いり)／プレミックス粉(ﾎｯﾄｹｰｷ用)／さつまいも	豚モモ(脂身付き)／ロースハム／わかめ／牛乳	にんにく(りん茎)／しょうが／玉葱／日本かぼちゃ／なす／トマト／セロリー／さやいんげん／大根(福神漬)／グリンピース(冷凍)／カリフラワー／ブロッコリー／にんじん／ねぎ／セミノール	さつま芋蒸しパン 牛乳 牛乳

日／曜	献立名	材料名 熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	おやつ 午後／午前
16／金	ジャージャー麺 きゅうりとささみの和え物 ちんげん菜と卵のスープ バナナ	うどん(ゆで)／かたくり粉／調合油／きびざとう／ごま油／水稲穀粒(精白米)	豚ひき肉／米みそ(淡色辛みそ)／わかめ／鶏若鶏肉ささ身／卵／鶏若鶏肉モモ(皮ﾅｼ、生)／牛乳	ねぎ／玉葱／青ピーマン／赤ピーマン／しょうが／きゅうり／チンゲンツァイ／ほんしめじ／バナナ／わらび(ゆで)／にんじん	山菜おこわ 牛乳 牛乳
17／土	ホットドッグ コロコロサラダ ミネストローネ バナナ	ロールパン／調合油／じゃがいも／マヨネーズ(全卵型)／マカロニ／カステラ	ウィンナー／ロースハム／ベーコン／牛乳	キャベツ／にんじん／きゅうり／とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)／玉葱／トマト缶詰(ホール)／バナナ	バームクーヘン 牛乳 豆乳
19／月	マーボーなす丼 中華サラダ 小松菜と油揚げの味噌汁 清見オレンジ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／かたくり粉／ごま油／パイ皮	豚ひき肉／米みそ(淡色辛みそ)／わかめ／油揚げ／かたくちいわし(煮干し)／牛乳	なす／にんじん／玉葱／グリンピース(冷凍)／きゅうり／りょくとうもやし／こまつな／セミノール／いちごジャム(低糖度)	いちごのジャムパイ 牛乳 飲むヨーグルト
20／火	ロールパン スペイン風オムレツ ほうれん草のソテー(ｺｰﾝ) かぼちゃのポタージュ バナナ	ロールパン／じゃがいも／オリーブ油／有塩バター／調合油／薄力粉／かたくり粉	ベーコン／卵／牛乳／豚ひき肉	玉葱／にんじん／青ピーマン／ほうれんそう／とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)／日本かぼちゃ／パセリ／バナナ／生しいたけ(菌床栽培、生)／しょうが	真珠蒸し 牛乳 牛乳
21／水	パエリア ひじきのマリネ トマトと卵のスープ メロン	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／有塩バター／調合油／きびざとう／コッペパン(市販品)／グラニュー糖	むきえび／鶏若鶏肉モモ(皮ﾅｼ、生)／ウィンナー／干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)／ロースハム／ベーコン／卵／きな粉(大豆)／牛乳	にんにく(りん茎)／玉葱／青ピーマン／赤ピーマン／にんじん／きゅうり／黄ピーマン／だいこん／トマト／パセリ／メロン(温室)	きなこ揚げパン 牛乳 豆乳
22／木	麦ごはん きすの青のり揚げ カミカミサラダ 豆腐とわかめの味噌汁 清見オレンジ	おおむぎ(押麦)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／調合油／マヨネーズ(全卵型)／上白糖	きす／卵／あおのり／まぐろ缶詰(油漬ﾌﾚｰｸﾀｲﾌﾟ)／大豆(国産、ゆで)／木綿豆腐／わかめ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／豚、ゼラチン／牛乳／ﾎｲｯﾌﾟｸﾘｰﾑ(乳脂肪・植物性)	れんこん／ごぼう／にんじん／きゅうり／ねぎ／セミノール／野菜生活(紫)ジュース	紫のミルクプリン 牛乳 飲むヨーグルト
23／金	ごはん 鶏肉の香味焼き 小松菜とさつま揚の煮物 実だくさん味噌汁 清見オレンジ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／白ごま(いり)／ごま油／きびざとう／薄力粉／粉砂糖／有塩バター／上白糖	鶏若鶏肉モモ(皮ﾅｼ、生)／さつま揚げ／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／卵／牛乳	ねぎ／しょうが／こまつな／だいこん／にんじん／ごぼう／ほんしめじ／こねぎ／セミノール／レモン(果汁、生)	レモンバー 牛乳 牛乳
24／土	スパゲティ ナポリタン きゃべつとコーンのサラダ コンソメスープ バナナ	スパゲッティ／調合油／きびざとう／じゃがいも／クリームパン	ロースハム／粉チーズ／ベーコン／牛乳	玉葱／にんじん／青ピーマン／マッシュルーム(水煮缶詰)／トマト缶詰(ホール)／キャベツ／きゅうり／とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)／パセリ／バナナ	ミニクリームパン 牛乳 豆乳
26／月	豚丼 五目和え 大根とえのきの味噌汁 バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／白ごま(いり)／食パン(市販品)／有塩バター	豚モモ(脂身付き)／ロースハム／油揚げ／わかめ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／卵／牛乳	玉葱／にんじん／きゅうり／りょくとうもやし／だいこん／えのきたけ／バナナ	フレンチトースト 牛乳 牛乳
27／火	ビースごはん 鮭の西京焼き ひじきの五目煮 はんぺんのすまし汁 さくらんぼ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／板こんにゃく／だんご粉／かたくり粉	しろさけ／米みそ(淡色辛みそ)／干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)／大豆(国産、ゆで)／さつま揚げ／はんぺん／ながこんぶ(素干し)／かつお加工品(削り節)／きな粉(大豆)／牛乳	グリンピース／にんじん／ごぼう／こまつな／さくらんぼ(国産)	二色団子 牛乳 牛乳
28／水	ロールパン 鶏肉のパン粉焼き かにサラダ コンソメスープ バナナ	ロールパン／薄力粉／パン粉(乾燥)／調合油／マヨネーズ(全卵型)／じゃがいも／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／白ごま(いり)	鶏若鶏肉モモ(皮ﾅｼ、生)／卵／粉チーズ／かに風味かまぼこ／しらす干し(半乾燥品)／カットわかめ／牛乳	パセリ／キャベツ／きゅうり／玉葱／にんじん／生しいたけ(菌床栽培、生)／バナナ	しらすとわかめのおにぎり 牛乳 飲むヨーグルト
29／木	夏野菜カレー カリフラワーサラダ わかめスープ 清見オレンジ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／じゃがいも／調合油／きびざとう／白ごま(いり)／プレミックス粉(ﾎｯﾄｹｰｷ用)／さつまいも	豚モモ(脂身付き)／ロースハム／わかめ／牛乳	にんにく(りん茎)／しょうが／玉葱／日本かぼちゃ／なす／トマト／セロリー／さやいんげん／大根(福神漬)／グリンピース(冷凍)／カリフラワー／ブロッコリー／にんじん／ねぎ／セミノール	さつま芋蒸しパン 牛乳 野菜ジュース
30／金	ジャージャー麺 きゅうりとささみの和え物 ちんげん菜と卵のスープ バナナ	うどん(ゆで)／かたくり粉／調合油／きびざとう／ごま油／水稲穀粒(精白米)	豚ひき肉／米みそ(淡色辛みそ)／わかめ／鶏若鶏肉ささ身／卵／鶏若鶏肉モモ(皮ﾅｼ、生)／牛乳	ねぎ／玉葱／青ピーマン／赤ピーマン／しょうが／きゅうり／チンゲンツァイ／ほんしめじ／バナナ／わらび(ゆで)／にんじん	山菜おこわ 牛乳 牛乳

☆　材料の都合により、献立が変更になることがあります。