

○ 6月 乳幼児献立表 ○

2019年 6月

のぞみ保育園

					1(土)	
						マーボー丼 38 米 4 押麦 60 豚ひき肉 25 にんじん 10 たまねぎ 20 乾しいたけ 1 菜ねぎ 4 赤色辛みそ 3 だし 1 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.5 調合油 1 ごま油 0.5 かたくり粉 2 スープ 20 じゃがいも 7 キャベツ 2 生わかめ 2 だし 1
3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)	
麦ご飯 米 38 押麦 4 高野豆腐の炒め煮 高野豆腐 10 鶏肉 25 にんじん 10 たまねぎ 25 乾しいたけ 12 グリンピース 5 調合油 1 三温糖 2 うすくちしょうゆ 2 かたくり粉 2 みそ汁 さつまいも 20 えのきたけ 7 生わかめ 2 淡色辛みそ 5	麦ご飯 米 38 押麦 4 筑前煮 鶏肉 25 にんじん 20 れんこん 15 ごぼう 15 にんじん 10 板こんにゃく 10 さといも 35 焼き竹輪 5 さやいんげん 5 調合油 1 三温糖 2 うすくちしょうゆ 2 こいくちしょうゆ 2.5 みそ汁 じゃがいも 12 キャベツ 10 厚揚げ 2 生わかめ 2 淡色辛みそ 4	麦ご飯 米 38 押麦 4 さかな さかな 30 春雨の炒め物 普通ほるさめ 7 豚肉 8 にんじん 10 たまねぎ 10 にら 5 うすくちしょうゆ 1 本みりん 2 ごま油 0.5 調合油 0.5 みそ汁 じゃがいも 12 キャベツ 8 生わかめ 2 淡色辛みそ 4	麦ご飯 米 38 押麦 4 鶏じやが煮 鶏肉 25 たまねぎ 45 にんじん 20 じゃがいも 10 糸こんにゃく 60 さやいんげん 3 調合油 1 三温糖 2 うすくちしょうゆ 2.5 みそ汁 なめこ 5 本絹豆腐 20 生わかめ 2 かたくり粉 2 もやしとにらの炒め物 もやし 30 にら 15 ごま 0.5 調合油 1 うすくちしょうゆ 1.5 本みりん 1.5 ごま油 1	麦ご飯 米 38 押麦 4 マーボー豆腐 豚ひき肉 25 本絹豆腐 65 たまねぎ 20 にんじん 10 ケチャップ 5 だし 15 調合油 1 キャベツの炒め煮 キャベツ 30 かつお節 4 うすくちしょうゆ 5 食塩 0.2 スープ じゃがいも 20 たまねぎ 7 キャベツ 2 生わかめ 2 だし 1		
10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	
ツナカレー 米 38 押麦 4 かつお節 20 じゃがいも 40 たまねぎ 20 にんじん 15 キャベツ 10 ほろれんそう 5 カレールウ 15 調合油 1 いんげんのごま和え さやいんげん 20 にんじん 10 ごま 1 うすくちしょうゆ 1.4 三温糖 0.7	麦ご飯 米 38 押麦 4 かきあげ だいたず 10 焼き竹輪 5 さやいんげん 2 トマト缶詰 8 ケチャップ 8 れんこん 10 にんじん 10 薄力粉 6 かたくり粉 3 調合油 2 キャベツの和え物 キャベツ 40 にんじん 12 油揚げ 5 三温糖 1 うすくちしょうゆ 2 スープ 本絹豆腐 20 菜ねぎ 5 とうもろこし 5 だし 1	麦ご飯 米 38 押麦 4 煮のトマトソース さかな 30 たまねぎ 2 トマト缶詰 2 ケチャップ 0.3 フリー油 0.3 きゅうりスティック きゅうり 12 にんじん 12 うすくちしょうゆ 1 三温糖 0.5 みそ汁 じゃがいも 20 キャベツ 8 生わかめ 0.5 生わかめ 1.4 淡色辛みそ 4	みそうどん うどん 110 豚肉 20 にんじん 10 もやし 30 生わかめ 4 菜ねぎ 4 調合油 1 うすくちしょうゆ 2 本みりん 2 淡色辛みそ 9 うすくちしょうゆ 2 本みりん 6 ぜんまい煮 干しぜんまい 15 にんじん 12 厚揚げ 8 キャベツ 0.5 調合油 1.4 三温糖 1.4 こいくちしょうゆ 1.4	麦ご飯 米 38 押麦 4 さかな さかな 30 卵の花の炒り煮 おから 15 乾しいたけ 1.2 にんじん 10 調合油 2 さつまいも 20 油揚げ 9 菜ねぎ 2 調合油 1 うすくちしょうゆ 2 三温糖 2 みそ汁 たまねぎ 12 ふなしめじ 8 生わかめ 2 淡色辛みそ 4	チキンカレー 米 38 押麦 4 鶏肉 25 じゃがいも 35 たまねぎ 35 にんじん 15 グリンピース 5 ケチャップ 1 カレールウ 15 フルーツヨーグルト ヨーグルト 65 バナナ 15 みかん缶詰 10 三温糖 1.5	
17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	
麦ご飯 米 38 押麦 4 マーボー豆腐 豚ひき肉 25 本絹豆腐 65 たまねぎ 30 にんじん 10 なす 15 乾しいたけ 1.2 菜ねぎ 4 調合油 1 赤色辛みそ 2.2 うすくちしょうゆ 1 三温糖 1 かたくり粉 2 もやしとにらの炒め物 もやし 30 にら 15 ごま 0.5 調合油 1 うすくちしょうゆ 1.4 本みりん 1.4 ごま油 0.3	ガチャローレ風スパゲッティ マカロニスパゲッティ 45 鶏肉 20 たまねぎ 40 青ピーマン 5 マッシュルーム 5 トマト缶詰 20 ほろれんそう 10 なす 1 油揚げ 5 さやいんげん 3 ウスターソース 1.3 調合油 1 三温糖 1 うすくちしょうゆ 2 ポトフ かぼちゃ 20 キャベツ 5 にんじん 8 セロリー 3 だし 1	麦ご飯 米 38 押麦 4 鶏じやが煮 鶏肉 25 たまねぎ 45 にんじん 20 じゃがいも 60 糸こんにゃく 10 さやいんげん 3 調合油 1 三温糖 2 うすくちしょうゆ 2.5 みそ汁 なめこ 5 本絹豆腐 20 生わかめ 2 生わかめ 4 淡色辛みそ 4	麦ご飯 米 38 押麦 4 さかな さかな 30 干切大根煮 干しいたけ 5 にんじん 15 油揚げ 5 生わかめ 1 乾しいたけ 1.2 調合油 0.5 うすくちしょうゆ 2 三温糖 2 みそ汁 じゃがいも 20 たまねぎ 10 かつお 3 淡色辛みそ 4	麦ご飯 米 38 押麦 4 鶏のみそ焼き 鶏肉 35 淡色辛みそ 2 本みりん 1 なすとミニチの炒め物 35 なす 3 豚ひき肉 10 にんじん 10 たまねぎ 10 青ピーマン 10 調合油 1 三温糖 0.8 ごま油 1.8 みそ汁 かぼちゃ 20 キャベツ 10 生わかめ 2 淡色辛みそ 4	マーボー丼 米 38 押麦 4 本絹豆腐 60 豚ひき肉 25 たまねぎ 10 にんじん 20 乾しいたけ 1 菜ねぎ 4 赤色辛みそ 3 だし 1 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.5 調合油 1 ごま油 0.5 かたくり粉 2 スープ じゃがいも 20 キャベツ 7 生わかめ 2 だし 1	
24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)	
麦ご飯 米 38 押麦 4 ポークビーンズ 豚肉 25 だいず 30 たまねぎ 15 にんじん 15 マカロニスパゲッティ 8 グリンピース 5 調合油 1 だし 1 ケチャップ 4 ウスターソース 1 三温糖 0.5 こいくちしょうゆ 0.5 スープ さつまいも 25 ウイナー 2 とうもろこし 5 だし 1	麦ご飯 米 38 押麦 4 高野豆腐の炒め煮 高野豆腐 10 鶏肉 25 にんじん 10 たまねぎ 25 乾しいたけ 1.2 グリンピース 5 調合油 1 だし 2 うすくちしょうゆ 2 みそ汁 えのきたけ 20 焼き竹輪 3 生わかめ 5 うすくちしょうゆ 4 本みりん 4	麦ご飯 米 38 押麦 4 さかな さかな 30 和え物 鶏肉 5 たまねぎ 45 にんじん 10 ほろれんそう 12 にんじん 10 もやし 4 ハム 4 三温糖 1 うすくちしょうゆ 2 すまし汁 えのきたけ 10 焼き竹輪 5 生わかめ 2 うすくちしょうゆ 3 本みりん 1.5	ピピンパ 米 38 押麦 4 豚ひき肉 15 にんじん 10 さやいんげん 10 うすくちしょうゆ 2 三温糖 1 だし 0.3 ごま油 0.5 ウイナー ウイナー 15 もやしとにらの炒め物 もやし 30 にら 15 ごま 0.5 調合油 1 うすくちしょうゆ 1.5 本みりん 1.5 ごま油 0.5 スープ 本絹豆腐 30 とうもろこし 5 だし 1 ゼリー ゼリー 20	麦ご飯 米 38 押麦 4 さかな さかな 30 ひじき煮 乾しいたけ 2.8 焼き竹輪 5 調合油 1 にんじん 10 本みりん 4 えだまめ 4 調合油 0.5 三温糖 1.7 うすくちしょうゆ 1.7 みそ汁 じゃがいも 20 キャベツ 7 生わかめ 2 淡色辛みそ 4	きつね丼 米 38 押麦 4 油揚げ 30 にんじん 15 たまねぎ 20 乾しいたけ 3 ほうれんそう 1 菜ねぎ 1 三温糖 2 本みりん 1 うすくちしょうゆ 5 かたくり粉 2 みそ汁 じゃがいも 20 キャベツ 7 生わかめ 2 淡色辛みそ 4	

※都合により献立を変更することがあります