

# 6月献立表

※午前・午後のおやつ( )は卵・乳の含まれるおやつになります。

日・曜日	献立	材料	午前10時	午後3時
1 (土)	わかめおにぎり・牛乳	こめ・わかめごはんのもと・ぎゅうにゅう	菓子類 ビスケット	おかき りんごジュース
	やきビーフン	ビーフン・ぶたももにく・ちくわ・たまねぎ・にんじん・ピーマン・ほししいたけ・あぶら・カレーこ・しょうゆ・ごまあぶら		
	とうふのスープ	とうふ・にんじん・えのきたけ・わかめ・ねぎ・にぼし・しょうゆ		
	くだもの(オレンジ)	オレンジ		
3 (月)	カラフルどん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうロースにく・たまねぎ・きりぼしだいこん・ピーマン・あかピーマン・にんじん・たけのこみずに・おろしにんにく・おろししょうが・オイスターソース・さとう・しょうゆ・さけ・みりん・ごまあぶら/ぎゅうにゅう	菓子類 揚げせんべい	アップルケーキ (卵・乳)
	ほうれんそうのおかかあえ	ほうれんそう・キャベツ・にんじん・さとう・しょうゆ・かつおぶし		
	オクラのみそしる	オクラ・たまねぎ・しめじ・わかめ・みそ・にぼし		
4 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 バター クッキー (卵・乳)	オレンジ ゼリー サラダ一番
	さけのみそバターやき	さけ・バター・みそ・さとう・さけ・しょうゆ・しょうが		
	ひじきのようふうサラダ	ひじき・しょうゆ・みりん・ツナ・レモンかじゅう・きゅうり・コーン・にんじん・オリーブオイル・す・さとう・しお		
	やさいスープ	キャベツ・たまねぎ・にんじん・えのきたけ・しょうゆ・にぼし		
5 (水)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう	菓子類 ほしたべよ	わかめおにぎり ココロ きゅうり
	ミートソーススパゲティ	カットスパゲティ・ぶたミンチ・だいずみずに・たまねぎ・にんじん・ピーマン・おろしにんにく・オリーブオイル・ケチャップ・トマトピューレ・デミグラスソース・ウスターソース・あかワイン・しお・こしょう		
	ひゅうがなつドレッシングサラダ	ツナ・キャベツ・きゅうり・あかピーマン・ひゅうがなつドレッシング(アレルゲンなし)		
6 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 べじたべる	フルーツ ヨーグルト (乳)
	うまに	とりにく・いとこんにやく・じゃがいも・にんじん・あつあげ・ごぼう・いんげん・ほししいたけ・あぶら・しょうゆ・さとう・さけ・みりん		
	いとこまぼこのすのもの	きゅうり・キャベツ・にんじん・いとこまぼこ・しょうゆ・さとう・す・ごまあぶら・しろごま		
7 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	型抜きチーズ (乳)	おにむしパン
	とりにくのレモンに	とりにく・さけ・おろししょうが・かたくりこ・あぶら・コーン・あおまめ・レモンかじゅう・さとう・しょうゆ・みりん		
	かみかみサラダ もずくスープ	さきいか(乳)・キャベツ・にんじん・きゅうり・マヨネーズ・しお もずく・とうふ・たまねぎ・にんじん・ねぎ・にぼし・しょうゆ・さけ		
10 (月)	ハヤシライス・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうロースにく・たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・いんげん・ケチャップ・ウスターソース・バター・おろしにんにく・しお・こしょう・とりがら・ハヤシルウ/ぎゅうにゅう	菓子類 サッポロ ポテト	手作りプリン (乳) クラッカー
	ごまじゃこサラダ	もやし・にんじん・こまつな・しらすばし・しろごま・さとう・しょうゆ・す		
	くだもの(オレンジ)	オレンジ		
11 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 アンパンマン せんべい	パン缶 ビスケット
	かぼちゃとさかなの コーンあげ	しいら・かぼちゃ・クリームコーン・たまご・こむぎこ・しお・あぶら・ケチャップ・ウスターソース・さとう		
	きゅうりのすのもの	きゅうり・わかめ・にんじん・しろごま・さとう・す・しょうゆ		
	きりぼしだいこんのみ そしる	きりぼしだいこん・にんじん・あつあげ・ねぎ・みそ・にぼし		
12 (水)	むぎごはん	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	バナナ	ココアケーキ (卵・乳)
	はっぼうさい	ぶたロースにく・おろししょうが・しお・さけ・あぶら・えび・いか・たけのこみずに・たまねぎ・にんじん・キャベツ・しょうゆ・オイスターソース・かたくりこ		
	バンバンジー	ささみ・きゅうり・もやし・にんじん・さとう・しょうゆ・す・ごまあぶら・ねりごま		
13 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 しまじろう ビスケット (乳)	アンパンマン せんべい りんごジュース
	さばのみそに	さば・みそ・さとう・さけ・みりん・しょうが		
	ほうれんそうのりあえ ふのすましじる	ほうれんそう・もやし・にんじん・ツナ・きざみのり・しろごま・しょうゆ・さとう はなふ・わかめ・しいたけ・かいわれだいこん・しょうゆ・だしこんぶ・かつおぶし		
14 (金)	カレーピラフ・牛乳	こめ・とりにく・たまねぎ・ピーマン・あかピーマン・あぶら・カレーこ・しお・こしょう・しょうゆ/ぎゅうにゅう	菓子類 塩せんべい	パンプキン マフィン (卵・乳)
	シーザーサラダ	ベーコン・キャベツ・プロッコリー・コーン・マヨネーズ・レモンかじゅう・しお・こしょう・こなチーズ		
	やさいスープ	たまねぎ・にんじん・しめじ・シェルマカロニ・パセリ・にぼし・しょうゆ・しお・こしょう		
15 (土)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クッキー (卵・乳)	あられ オレンジ
	さかなのたつたあげ	さば・おろししょうが・さけ・しょうゆ・かたくりこ・あぶら		
	わふうサラダ	ひじき・キャベツ・もやし・にんじん・ちくわ・しょうゆ・す・さとう・しろごま		
	きのこのみそしる	えのきたけ・しいたけ・にんじん・たまねぎ・ねぎ・みそ・にぼし		

17 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 揚げ せんべい	ホットケーキ (卵・乳)
	やまとに	ぶたロースにく・かまぼこ・えのきたけ・ほししいたけ・にんじん・たまねぎ・いとこんにやく・たまご・ねぎ・さとう・しょうゆ・みりん・さけ・だしじる(にぼし)		
	ほうれんそうともやし のすのもの くだもの(バナナ)	ほうれんそう・もやし・にんじん・しろごま・さとう・しょうゆ・す バナナ		
18 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	かたぬき チーズ (乳)	ハッピー ターン グレープ ジュース
	サーモンのエスカベツ シュ とうふのみそしる	さけ・しお・あぶら・トマト・きゅうり・たまねぎ・オリーブオイル・さとう・す・しょうゆ・しお・こしょう とうふ・わかめ・にんじん・ねぎ・みそ・にぼし		
19 (水)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう	菓子類 ひとくち クッキー (乳)	しおこんぶ おにぎり べったらづけ
	チキンカツ	とりももにく・しお・こしょう・こむぎこ・たまご・パンこ・あぶら・ケチャップ・ちゅうのうソース・さとう		
	やさいサラダ オニオンスープ	きゅうり・にんじん・キャベツ・マヨネーズ たまねぎ・ベーコン・にんじん・パセリ・しょうゆ・にぼし		
20 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 サラダ一番	カルピスゼリー (乳) マリービスケット (卵・乳)
	ポークソテーのわふう ソースかけ そえやさい	ぶたロースにく・たまねぎ・しょうが・しょうゆ・さけ・あぶら・みそ・ケチャップ・かたくくりこ レタス・トマト		
	ごもくじる	とりにく・さといも・ごぼう・ほししいたけ・にんじん・あぶらあげ・ねぎ・しょうゆ・にぼし		
21 (金)	わかめおにぎり・牛乳	こめ・わかめごはんのもと・ぎゅうにゅう	菓子類 クラッカー	ピザトースト (卵・乳)
	しおやきそば たまごスープ	ほしちゅうかめん・ぶたロースにく・いか・えび・たまねぎ・にんじん・もやし・ピーマン・あぶら・おろしにんにく・しお・こしょう・レモンかじゅう・ごまあぶら・しろごま たまご・しめじ・しいたけ・こまつな・しょうゆ・とりがら		
22 (土)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	ミニパン (卵・乳)
	ぶたにくのしょうがやき ゆでやさい じゃがいものみそしる	ぶたロースにく・たまねぎ・しょうが・ピーマン・さとう・しょうゆ・あぶら・かたくくりこ キャベツ・にんじん・マヨネーズ・しお じゃがいも・たまねぎ・あつあげ・ねぎ・みそ・にぼし		
24 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ほしたべよ	バナナ ムーンライト (卵・乳)
	とりにくの マーマレードに	とりももにく・マーマレード・しろワイン・しょうゆ キャベツ・にんじん・コーン・ツナ・しお・こしょう・さとう・しょうゆ・マヨネーズ		
	ツナマヨサラダ すましじる	たまねぎ・わかめ・かまぼこ・ねぎ・しょうゆ・にぼし		
25 (火)	とうもろこしごはん・牛乳	こめ・むぎ・コーン・しお・ぎゅうにゅう	菓子類 ベジたべる	ひやしそうめん
	かぼちゃコロッケ そえやさい やさいスープ	かぼちゃ・あいびぎにく・たまねぎ・しお・こしょう・こむぎこ・たまご・パンこ・あぶら キャベツ・きゅうり・あかピーマン・さとう・しょうゆ・す ベーコン・たまねぎ・にんじん・しめじ・パセリ・にぼし・しょうゆ		
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
26 (水)	こうやどうふのたまご とじ ごまあえ わかめのみそしる	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう こうやどうふ・とりにく・たまねぎ・ほししいたけ・にんじん・ニラ・たまご・あぶら・さとう・しょうゆ・みりん・だしじる(にぼし) こまつな・キャベツ・にんじん・しろごま・さとう・しょうゆ わかめ・もやし・えのきたけ・ねぎ・みそ・にぼし	菓子類 しまじろう ビスケット (乳)	ストロベリー マフィン (卵・乳)
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
	さかなのさいきょうやき トマトのあまずづけ チンゲンサイのスープ	さば・みそ・さとう・さけ・みりん トマト・たまねぎ・パセリ・さとう・す・しお・あぶら チンゲンサイ・ベーコン・たまねぎ・にんじん・にぼし・しょうゆ・さけ		
28 (金)	むぎごはん	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 アンパンマン せんべい	フライド ポテト
	ぶたにくのブルコギ ちゅうかスープ くだもの(オレンジ)	ぶたロースにく・おろししょうが・おろしにんにく・しょうゆ・さけ・みりん・あぶら・たまねぎ・にんじん・もやし・しめじ・ニラ・しょうゆ・あかみそ・さとう・ごまあぶら・かたくくりこ・しろごま たまねぎ・にんじん・とうふ・えのきたけ・ねぎ・しょうゆ・ごまあぶら・とりがら オレンジ		
	しおむすび・牛乳	こめ・むぎ・しお・ぎゅうにゅう		
29 (土)	ちゃんぽん きゅうりのすのもの	ちゅうかめん・ぶたロースにく・おろししょうが・しお・あぶら・いか・えび・ちくわ・キャベツ・たまねぎ・にんじん・ねぎ・とりがら・しょうゆ・ごまあぶら きゅうり・わかめ・にんじん・しろごま・さとう・す・しょうゆ	バナナ	あられ りんごジュース