

# < 保育献立 >

6月 対象	午前おやつ 0、1、2歳児	主 菜 全 員	副 菜 全 員	スープ 全 員	6月 対象	デザート 全 員	主 食 全 員	主な離乳食 0歳児	午後おやつ 全員・放課後	夕方おやつ 延長保育児
1	水 のむヨーグルト ウエハース	鮭の味噌マヨ焼き	ひじきの炒り煮	ほうれん草のスープ	1	水 オレンジ	ごはん	白身魚煮	牛乳 カステラ	牛乳 チョイスビスケット
2	木 牛乳 リッツ	肉じゃが	大根の和風サラダ	オクラの味噌汁	2	木 バナナ	ごはん	鶏ミンチ煮	牛乳 ミニパン	牛乳 ハッピーターン
3	金 のむヨーグルト マンナビスケット	鯖の南蛮漬け	コールスロー	冬瓜スープ	3	金 黄桃缶	ごはん	白身魚煮	牛乳 マカロニあべかわ	牛乳 白い風船
4	土 牛乳 アンパンマンビスケット	ハヤシライス	胡麻ドレサラダ		4	土 ピーチゼリー	ごはん	鶏ミンチ煮	牛乳 かえでのみ	
5	日				5	日				
6	月 牛乳 卵ボーロ	カレーライス	リャンバンサンスウ		6	月 プリン	ごはん	鶏ミンチ煮	のむヨーグルト クッキー	牛乳 まがりせんべい
7	火 のむヨーグルト ウエハース	しいらのおろし煮	高野豆腐の卵とじ	きのこの味噌汁	7	火 メロン	ごはん	白身魚煮	牛乳 南瓜の蒸しパン	牛乳 ムーンライト
8	水 牛乳 リッツ	茄子と豚肉の味噌炒め	りんごサラダ	ピーマン汁	8	水 バナナ	ごはん	鶏ミンチ煮	フルーツポンチ	牛乳 ぼたぼた焼き
9	木 のむヨーグルト マンナビスケット	鮭の揚げ煮	金平ごぼう	豚汁	9	木 オレンジ	ごはん	白身魚煮	牛乳 ミニパン	牛乳 源氏パイ
10	金 牛乳 ウエハース	からあげ	シーザーサラダ	ポテトオニオンスープ	10	金 パイナップル	ごはん	鶏ミンチ煮	牛乳 お好み焼き	牛乳 星食べよ
11	土 牛乳 きなこせんべい	うどん	ブロッコリー和風サラダ		11	土 黄桃缶		鶏ミンチ煮	牛乳 豆乳ドーナツ	
12	日				12	日				
13	月 牛乳 卵ボーロ	さばの胡麻味噌焼き	大豆の五目煮	かき玉汁	13	月 オレンジ	ごはん	白身魚煮	フルーチェ ハッピーターン	牛乳 チョイスビスケット
14	火 のむヨーグルト リッツ	南瓜コロッケ/オムレツ/アンパンマンスイートポテト	ミートスパゲティ/ブロッコリー胡麻マヨサラダ		14	火 フルーツミックス	青菜おにぎり	鶏ミンチ煮	牛乳 プリン外ト	牛乳 ハッピーターン
15	水 牛乳 きなこせんべい	鮭のムニエル	三色サラダ	もずくスープ	15	水 りんご	ごはん	白身魚煮	牛乳 ブルーベリーマドレーヌ	牛乳 マリービスケット
16	木 牛乳 白い風船	鶏のきのこ甘酢あんかけ	ほうれん草のソテー	豆腐の味噌汁	16	木 パイナップル	ごはん	鶏ミンチ煮	牛乳 ミニパン	牛乳 まがりせんべい
17	金 のむヨーグルト マンナビスケット	ニベのアップルソース	トマトと春雨のサラダ	もやしのカレースープ	17	金 メロン	ごはん	白身魚煮	牛乳 バナナ	牛乳 カントリーマーム
18	土 牛乳 ウエハース	ほうれん草のマカロニ豆乳スープ	コーンマヨサラダ		18	土 みかん缶	黒糖パン	鶏ミンチ煮	牛乳 ミニたいやき	
19	日				19	日				
20	月 のむヨーグルト 白い風船	マーボー春雨	トマトサラダ	肉団子のスープ	20	月 メロン	ごはん	鶏ミンチ煮	牛乳 ロールケーキ	牛乳 星食べよ
21	火 牛乳 アンパンマンビスケット	カレイのチリソース	千切り大根の洋風煮	レタススープ	21	火 オレンジ	ごはん	白身魚煮	フルーツヨーグルト	牛乳 チョイスビスケット
22	水 のむヨーグルト きなこせんべい				22	水			牛乳 アップルケーキ	牛乳 白い風船
23	木 牛乳 卵ボーロ	鯖のカレーマヨ焼き	うどんサラダ	星のごスープ	23	木 パイナップル	ごはん	白身魚煮	牛乳 ミニパン	牛乳 ムーンライト
24	金 牛乳 リッツ	鶏のオーロラ焼き	フルーツサラダ	大根の味噌汁	24	金 バナナ	ごはん	鶏ミンチ煮	青りんごゼリー 星食べよ	牛乳 まがりせんべい
25	土 牛乳 動物ビスケット	スパゲティナポリタン	カリフラワーのサラダ		25	土 青りんごゼリー		鶏ミンチ煮	牛乳 パームクーヘン	
26	日				26	日				
27	月 のむヨーグルト 卵ボーロ	ニベの味噌焼き	じゃがいものチズ'煮	コーンスープ	27	月 バナナ	ごはん	白身魚煮	牛乳 キングドーナツ	牛乳 カントリーマーム
28	火 牛乳 きなこせんべい	ポークケチャップ	ひじきの和え物	厚揚げの味噌汁	28	火 りんご	ごはん	鶏ミンチ煮	アイス ウエハース	牛乳 ぼたぼた焼き
29	水 のむヨーグルト アンパンマンビスケット	塩鮭	トマトとチズ'のサラダ	オクラのすまし汁	29	水 バナナ	ごはん	白身魚煮	牛乳 トウモロコシ	牛乳 白い風船
30	木 牛乳 ウエハース	鶏の照り焼き	ピーマン炒め	茄子の味噌汁	30	木 黄桃缶	ごはん	鶏ミンチ煮	牛乳 ミニパン	牛乳 源氏パイ

# < 介護献立 >

## ◆◆◆◆◆ 朝食 ◆◆◆◆◆

6月 対象	主 菜 全 員	副 菜 全 員	介護系副菜 全 員	スープ 全 員	主 食 全 員
1	水 ししゃも	ひじきの炒り煮	つぼ漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
2	木 揚げ茄子の鶏ミンチ煮	大根と昆布の煮物	白菜漬け	厚揚げの味噌汁	御飯
3	金 さんまの生姜煮	ブロッコリーのおかか和え	高菜漬け	えのきの味噌汁	御飯
4	土 切り干し大根の煮物	カリフラワーの金平	桜漬け	豆腐の味噌汁	御飯
5	日 南瓜の煮物	納豆	胡瓜漬け	人参の味噌汁	御飯
6	月 ししゃも	ひじきの炒り煮	沢庵	小松菜の味噌汁	御飯
7	火 豆腐の卵とじ	金平ごぼう	つぼ漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
8	水 いわしの梅煮	キャベツの塩昆布和え	めんたいこ	油揚げの味噌汁	御飯
9	木 オムレツ	ワケ	りんごジャム	コンソメスープ	食パン
10	金 ひじきの炒り煮	ブロッコリーのおかか和え	たいみそ	南瓜の味噌汁	御飯
11	土 揚げ茄子の鶏ミンチ煮	白和え	つぼ漬け	キャベツの味噌汁	御飯
12	日 塩サバ	五目豆	桜漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
13	月 いこみこうや	白和え	胡瓜漬け	じゃがいもの味噌汁	御飯
14	火 南瓜の煮物	金平ごぼう	茄子漬け	小松菜の味噌汁	御飯
15	水 豆腐とほうれん草の卵とじ	納豆	のり	キャベツの味噌汁	御飯
16	木 お魚とひじきの豆腐よせ	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	胡瓜漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
17	金 南瓜の煮物	シュウマイ	野沢菜漬け	大根菜の味噌汁	御飯
18	土 オムレツ	ワケ	チョコジャム	南瓜のスープ	ロールパン
19	日 がんもの煮物	切り干し大根の煮物	胡瓜漬け	じゃがいもの味噌汁	御飯
20	月 金平ごぼう	納豆	白菜漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
21	火 塩鮭	ブロッコリーのおかか和え	桜漬け	豆腐の味噌汁	御飯
22	水 いこみこうや	ひじきの炒り煮	めんたいこ	人参の味噌汁	御飯
23	木 さんまの生姜煮	キャベツの塩昆布和え	つぼ漬け	小松菜の味噌汁	御飯
24	金 ししゃも	金平ごぼう	たいみそ	えのきの味噌汁	御飯
25	土 オムレツ	ワケ	マーガリン	野菜スープ	ロールパン
26	日 切り干し大根の煮物	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	梅干し	玉ねぎの味噌汁	御飯
27	月 いわしの梅煮	カリフラワーの金平	たいみそ	油揚げの味噌汁	御飯
28	火 切り干し大根の煮物	南瓜シュウマイ	茄子漬け	なめこの味噌汁	御飯
29	水 塩鮭	納豆	梅干し	ほうれん草の味噌汁	御飯
30	木 オムレツ	ワケ	マーマレードジャム	南瓜のスープ	ロールパン

◆◆◆◆◆ 昼食 ◆◆◆◆◆

6月 対象	主 菜 全 員	副菜 全 員	介護系副菜 全 員	スープ 全 員	デザート 全 員	主 食 全 員	午後おやつ 全員・放課後
1	水 きのこのあんかけハンバーグ	胡麻ドレサラダ	ピーマと人参の金平・奈良漬	トマトスープ	フルーツみつ豆	黒米	アルフォート/かっぱえびせん
2	木 鮭の揚げ煮	トマトとチーズのサラダ	冬瓜の煮物・味噌漬	白菜の味噌汁	パイナップル	ごはん	フルーツポンチ
3	金 漬けこみ焼鳥	オクラとピーマンの炒め物	オクラとわかめの酢の物・野菜漬	けんちん汁	フルーツカクテル	ごはん	ミニパン (きなこドーナツ)
4	土 ちゃんぽん	ブロッコリーのカニカマサラダ	シュウマイ		レモンゼリー		チョコバームクーヘン
5	日 豚肉のキムチ炒め	ピーナッツ和え物	お魚とひじきの豆腐よせ・つば漬	ポテトとソーセージスープ	黄桃缶	ごはん	シュークリーム
6	月 鯖の胡麻醤油焼き	竹輪と大根葉の炒め物	ブロッコリーの酢味噌和え・野菜漬	しめじの味噌汁	バナナ	ごはん	かりんとう黒糖/まがりせんべい
7	火 鶏肉のネギ味噌焼き	リャンバンサンスウ	さつま揚げと大根の煮物・茄子漬	肉団子のスープ	フルーツカクテル	ごはん	ロールケーキ
8	水 カレイのチリソース	茄子の胡麻味噌炒め	トマトのマリネ・桜漬	春雨スープ	りんご	ごはん	きのこ・たけのこの里/ミニサラダ
9	木 ビビンバ丼	海藻サラダ	高菜漬	白菜とかまぼこのスープ	ももゼリー	ごはん	チョコバナナケーキ
10	金 白身魚フライ	シーザーサラダ	カリフラワーの卵とじ・昆布の佃煮	もやしの味噌汁	フルーツみつ豆缶	ごはん	ミニパン (うぐいすツイスト)
11	土 豚肉のべっこう煮	白菜の和え物	煮豆・Q太郎漬	とろろ昆布汁	バナナ	ごはん	ミニたい焼き
12	日 お豆腐のおろし煮	チーズサラダ	鶏レバーしぐれ煮・桜漬	えのきの味噌汁	フルーツミックス	ごはん	カステラ
13	月 鶏肉ケチャップあん	胡瓜とわかめの酢の物	カリフラワーのたらこ和え・しば漬	白菜のスープ	パイナップル	ごはん	花淡雪・雪の宿
14	火 サバの胡麻味噌焼き	マカロニカレーサラダ	オクラともずくの梅肉和え・桜漬	豚ごぼう汁	バナナ	ごはん	コアラのマーチ/おにぎりせんべい
15	水 筑前煮	きのこの酢の物	厚揚げとニラの中華炒め・梅干し	花麩のすまし汁	フルーツカクテル	ごはん	ユンとチーズのケーキ
16	木 チキン南蛮	フルーツサラダ	筍の煮物・茄子漬	なめこ汁	メロン	ごはん	ガトーショコラ/サッポロポテトBBQ
17	金 ポークケチャップ	春雨サラダ	いかと大根の煮物・Q太郎漬	かき玉汁	甘夏みかん缶	ごはん	ミニパン (ウインナーパン)
18	土 冷やし中華	餃子			青りんごゼリー		プリンタル
19	日 牛肉の甘辛煮	ササミのマヨ和え	南瓜の落とし揚げ・沢庵	オニオンスープ	パン缶	ごはん	紫芋饅頭
20	月 しいらの味噌バター焼き	青しそサラダ	南瓜とツナの煮物・べつたら漬	なめこの味噌汁	りんご	ごはん	キャラットケーキ
21	火 鶏肉の塩麩焼き	スパサラダ	厚揚げの卵とじ・つば漬	ベーコンともやしのスープ	フルーツカクテル	ごはん	ロールケーキ (いちご)
22	水 鮭の香草焼き	キャベツの胡麻味噌炒め	胡瓜の梅肉和え・茄子漬	豚汁	パイナップル	ごはん	栗饅頭/ハッピーターン
23	木 牛肉のオイスターソース	トマトのマリネ	きのことベーコンのバター炒め・桜漬	あさりの味噌汁	メロン	ピラフ	誕生日ケーキ
24	金 ニベのゆかり焼き	ビーフン炒め	インゲンと人参のマヨおかつか和え・梅干し	豆乳みそスープ	バナナ	ごはん	ミニパン (カレーマフィン)
25	土 冷汁	コールスロー	彩り豆腐・桜漬		りんごゼリー		麦御飯
26	日 鮭の味噌マヨ焼き	ブロッコリー胡麻ドレ	玉子焼き・高菜漬	ソーセージスープ	甘夏みかん缶	ごはん	豆乳ドーナツ
27	月 八宝菜	ひじきのサラダ	じゃがいものチーズ煮・しば漬	ほうれん草の味噌汁	パイナップル	ごはん	抹茶ババロア
28	火 トマトチキンカレー	りんごとキャベツのサラダ	らっきょう・福神漬		バナナ	ごはん	黒糖蒸しパン
29	水 酢どり	ツナコーンサラダ	ゴーヤと茄子の味噌炒め・梅干し	青梗菜と卵のトロトロスープ	甘夏みかん缶	ごはん	サッポロポテト(ベジタブル)/カントリーマーム
30	木 鯖の西京焼き	シルバーサラダ	里芋の田楽・奈良漬	大根の味噌汁	メロン	ごはん	バームクーヘン

◆◆◆◆◆ 夕食 ◆◆◆◆◆

6月 対象	主 菜	副菜 (1)	副菜 (2)	スープ	デザート	主 食
	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)
1	水 二べの三味焼き	スパ炒め	白和え	大根の味噌汁	りんご	御飯・梅干し
2	木 肉じゃが	カリフラワーのｶｰﾏﾖｻﾗﾀﾞ	みょうがの酢の物	豆乳スープ	スイカ	梅しそご飯・沢庵
3	金 しいらの磯辺焼き	五色なます	南瓜のいとこ煮	白菜の味噌汁	オレンジ	御飯・べったら漬け
4	土 マーボー茄子	もやしの中華風ナムル	オクラの湯葉和え	卵スープ	バナナ	御飯・奈良漬け
5	日 ブリの照り焼き	レンコンの味噌炒め	卵の花	じゃがいもの味噌汁	パイナップル	御飯・しば漬け
6	月 豚肉の生姜焼き	大根とハムの中華風サラダ	インゲンのマヨ炒め	豆腐のすまし汁	オレンジ	御飯・奈良漬け
7	火 塩鮭	野菜の胡麻マヨサラダ	オクラのしらす和え	茄子の味噌汁	スイカ	炊き込みご飯・白菜漬け
8	水 ごぼうと牛肉の炒め煮	三食ナムル	カリフラワーと竹輪のｶｰﾏｰ炒め	ミネストローネ	バナナ	御飯・梅干し
9	木 ｺﾞｰのｱｯﾌﾟﾙソース	高野豆腐の卵とじ	青菜ときのこのお浸し	呉汁	パイナップル	御飯・茄子漬け
10	金 鶏の照り焼き	じゃがいものチーズ煮	オクラの胡麻和え	冬瓜スープ	メロン	御飯・桜漬け
11	土 ブリのｶｰﾏｰﾏﾖ焼き	ビーフンサラダ	春菊の煮びだし	ごぼうの味噌汁	青りんごゼリー	御飯・奈良漬け
12	日 鶏肉と里芋の煮物	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｶﾆｶﾏｻﾗﾀﾞ	ﾊﾞｲﾄﾞ ｲｯｸﾞ	野菜スープ	甘夏みかん缶	御飯・高菜漬け
13	月 鯖の青しそ焼き	豆サラダ	もやしの味噌ﾊﾞﾀｰ炒め	ほうとう汁	スイカ	御飯・白菜漬け
14	火 やわらかロースカツ	切り干し大根の洋風煮	焼きナス	ニラときのこのスープ	メロン	御飯・奈良漬け
15	水 鮭のムニエル	うどんの胡麻ドレサラダ	里芋の昆布煮	茄子の味噌汁	コーヒゼリー	御飯・べったら漬け
16	木 夏野菜カレー	鯖の柚子胡椒焼 (配食のみ)	ひじきのチーズサラダ	らっきょう・福神漬け	バナナ	御飯
17	金 じゃがいものそぼろ煮	ズッキーニのトマト煮	しそ入り酢の物	もずくスープ	パイナップル	御飯・梅干し
18	土 白菜のうま煮	ちりめんサラダ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとｲｶのﾊﾞﾀｰ醬油炒め	南瓜の味噌汁	オレンジ	御飯・桜漬け
19	日 太刀魚の塩焼き	ｷﾞﾊﾞｰとｺﾝのｻﾗﾀﾞ	豆腐チキンボール	小松菜の味噌汁	父の日デザート	御飯・梅干し
20	月 鶏のオーロラ焼き	ほうれん草のしらす和え	オクラと茄子の煮びだし	ビーフン汁	オレンジ	御飯・高菜漬け
21	火 白身魚のきのこソース	大根梅おかか和え	大豆と竹輪の甘辛煮	じゃがいもの味噌汁	スイカ	御飯・野沢菜漬け
22	水 すき焼き風煮	かにいりサラダ	ゴーヤチャンプル	わかめの味噌汁	バナナ	御飯・Q太郎漬け
23	木 鮭の野菜あんかけ	ナポリタン	おろし和え	コーンスープ	オレンジ	御飯・昆布の佃煮
24	金 タンドリーチキン	りんごサラダ	ズッキーニの炒め物	なめこのスープ	パイナップル	御飯・味噌漬け
25	土 塩サバ	大豆の五目煮	鶏レバーしぐれ煮	さつま芋の味噌汁	バナナ	御飯・高菜漬け
26	日 豚肉の塩だれ炒め	もずく酢	白和え	きのこの味噌汁	フルーツミックス	御飯・沢庵
27	月 鮭の西京焼き	和風サラダ	茄子ときのこのボン酢炒め	すまし汁	オレンジ	ちらし寿司・桜漬け
28	火 ミートローフ	チーズサラダ	ほうれん草のﾊﾞﾀｰ醬油炒め	野菜ｽｰﾌﾟ	いちごゼリー	御飯・Q太郎漬け
29	水 サバの味噌煮	夏野菜のお浸し	ひき肉いり金平	玉ねぎの味噌汁	パイナップル	御飯・桜漬け
30	木 ハヤシライス	鶏の塩麴焼き (配食のみ)	野菜胡麻マヨサラダ	アスパラのソテー (配食のみ)	バナナ	御飯・福神漬け