

2021年度 6月 給食献立予定表



認定こども園
あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	ワンポイント
			赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	黄 熱と力になるもの		
1 火	○	麦ご飯 果物 鶏肉のマーマレード焼き ツナサラダ 野菜スープ	鶏もも肉 ツナ	果物 きゅうり 人参 キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 しめじ	米 押麦 マーマレード マヨネーズ じゃがいも	麦茶 ポップコーン かみかみ昆布	 『歯と口の健康週間』 6月4日から10日までの1週間は「歯と口の健康週間」です。元気な体を守るためには、歯と口の健康がとても大切です。給食では、よく噛んで食べる練習のために、小魚や昆布を出します。  「ゆめワーク」に お願いし、毎月 かわいいパンを 作っていただき き、おやつに提 供しています。 今月は「かえる パン」です。 パンの中身は、 カスタードクリ ムです。  黒はんぺん 黒はんぺんは、 静岡県中部の 焼津市をはじ め、清水区、沼 津市などの港 町での名物で す。 今月はごまを衣 に使ったごま揚 げです。  減塩ポイント 給食のみそ汁 やスープは、だ じや野菜の旨 みを生かし、塩 味を少なく提 供 しています。
2 水	○	麦ご飯 果物 鮭のみそ焼き トマト 切り干し大根 すまし汁	生鮭 みそ 油揚げ 豆腐	果物 トマト 人参 いんげん 切り干し大根 椎茸 人参 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 油 砂糖	麦茶 マカロニきな粉	
3 木	○	ハヤシライス マカロニサラダ 小魚 果物	豚もも肉 いわし	玉ねぎ 人参 いんげん きゅうり 人参 コーン	米 押麦 ハヤシルウ マカロニ マヨネーズ	麦茶 プリン	
4 金	○	麦ご飯 ゼリー 花シュウマイ 中華春雨サラダ みそ汁	豚ひき肉 ロースハム 豆腐 みそ	玉ねぎ ねぎ 人参 きゅうり 人参 えのき 玉ねぎ	米 押麦 シュウマイの皮 片栗粉 ごま油 春雨 ごま油 砂糖	麦茶 バナナ	
5 土	○	中華丼 枝豆 果物 ポテトスープ	豚もも肉 なんと	キャベツ 玉ねぎ 人参 たけのこ しいたけ 枝豆 果物 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 しめじ	米 押麦 片栗粉 ごま油	麦茶 せんべい	
7 月	○	黒米ご飯 果物 魚のパン粉焼き キャベツのおかか和え みそ汁	あじ 青のり かつお節 油揚げ みそ	果物 キャベツ 人参 玉ねぎ	米 黒米 パン粉 油 じゃがいも	麦茶 たご焼き	
8 火	○	スパゲティミートソース チーズサラダ 果物 コーンスープ	豚ひき肉 チーズ	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん トマト きゅうり 人参 キャベツ 果物 コーン 玉ねぎ	米 押麦 片栗粉 ごま油 スパゲティ 油 片栗粉 マヨネーズ	麦茶 源氏パイ	
9 水	○	麦ご飯 果物 チンジャオロース 焼ポテト みそ汁	豚もも肉 豆腐 みそ	果物 筍 人参 ピーマン 玉ねぎ なめこ	米 押麦 油 ごま油 砂糖 片栗粉 じゃがいも	麦茶 かえるパン (クリーム)	
10 木	○	乳児麦ご飯 幼児おにぎり持参 魚のごま照り焼き トマト ひじき煮 ヨーグルト みそ汁(ひまわりさくらクッキング)	カラスカレイ 油揚げ ひじき ヨーグルト みそ	トマト 人参 いんげん 玉ねぎ	米 押麦 ごま 油 砂糖 じゃがいも	麦茶 メープルケーキ	
11 金	○	食パン 果物 チリコンカン フレンチサラダ わかめのスープ	豚もも肉 大豆 ロースハム わかめ	果物 玉ねぎ 人参 いんげん 枝豆 きゅうり 人参 キャベツ たけのこ 人参	食パン カレー粉 油 砂糖 麩	麦茶 あじさいゼリー	
12 土	○	チキンライス ウインナー 枝豆 果物 野菜スープ	鶏もも肉 ウインナー	玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン 枝豆 果物 チンゲン菜 人参 玉ねぎ たけのこ	米 押麦 油	麦茶 せんべい	
14 月	○	麦ご飯 果物 さんまの塩焼き トマト もやしのナムル みそ汁	さんま みそ 油揚げ	果物 トマト もやし 人参 キャベツ	米 押麦 ごま油 ごま	麦茶 ふわっとふー するめいか	
15 火	○	冷やしラーメン 金時煮豆 小魚 果物	焼き豚 なんと 金時豆 いわし	キャベツ 人参 もやし 果物	中華生麺 ごま油 片栗粉 砂糖	麦茶 おにぎり	
16 水	○	麦ご飯 果物 さばの香味焼き 大豆の磯煮 すまし汁	さば 大豆 ひじき 油揚げ 豆腐	果物 人参 いんげん えのき	米 押麦 砂糖 油 砂糖 麩	麦茶 シリアルバー	
17 木	○	麦ご飯 果物 コロquette トマト 野菜炒め みそ汁	ひき肉 ベーコン わかめ みそ	果物 玉ねぎ トマト キャベツ 人参 いんげん 玉ねぎ	米 押麦 小麦粉 パン粉 油	麦茶 ココアクッキー	
18 金	○	麦ご飯 ミニゼリー 黒はんぺんのごま揚げトマト 干草和え みそ汁	黒はんぺん 油揚げ みそ	トマト キャベツ 小松菜 人参 しらたき 玉ねぎ	米 押麦 ごま 油 砂糖 ごま油 じゃがいも	麦茶 リンゴマフィン	
19 土	○	焼きそば ウインナー 果物 野菜スープ	豚もも肉 ウインナー	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン 果物 玉ねぎ もやし 人参 チンゲン菜	中華蒸麺 ごま油	麦茶 せんべい	
21 月	○	麦ご飯 果物 魚のコーンマヨネーズ焼き きんぴらごぼう みそ汁	鮭 豆腐 わかめ みそ	果物 コーン ごぼう 人参 いんげん ねぎ	米 押麦 マヨネーズ ごま油 砂糖 ごま	麦茶 コロquette	
22 火	○	麦ご飯 果物 松風焼き ツナ海草サラダ みそ汁	鶏ひき肉 豆腐 みそ ツナ わかめ みそ	果物 玉ねぎ きゅうり キャベツ 人参 えのき 玉ねぎ 小松菜	米 押麦 ごま パン粉 ごま油 砂糖	麦茶 サンドパン	
23 水	○	うどん かき揚げ 煮豆 果物	鶏もも肉 油揚げ 大豆 昆布	人参 玉ねぎ しいたけ 玉ねぎ 人参	うどん 砂糖 小麦粉 油 砂糖	麦茶 ハバロア	
24 木	○	麦ご飯 果物 魚のカレー風味焼き トマト キャベツの塩昆布和え みそ汁	さば 塩昆布 みそ わかめ 豆腐	果物 ねぎ トマト キャベツ 人参 ねぎ	米 押麦 ごま 砂糖	麦茶 米粉のケーキ	
25 金	○	麦ご飯 果物 鶏肉のから揚げ トマト コーンサラダ みそ汁	鶏もも肉 ロースハム みそ 油揚げ	果物 トマト キャベツ きゅうり 人参 コーン 椎茸 もやし	米 押麦 片栗粉 油 油 砂糖	麦茶 みたらしまカロニ	
26 土	○	マーボー豆腐丼 枝豆 果物 もやしのスープ	豆腐 豚ひき肉 みそ	玉ねぎ 人参 ねぎ しいたけ 枝豆 果物 もやし 人参 たけのこ	米 押麦 ごま油 片栗粉	麦茶 源氏パイ	
28 月	○	麦ご飯 果物 鶏肉のバーベキューソース焼き トマト フレンチサラダ みそ汁	鶏もも肉 油揚げ みそ	果物 りんご レモン トマト きゅうり 人参 キャベツ 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 油 砂糖 じゃがいも	麦茶 抹茶蒸しパン	
29 火	○	伊豆しかカレー マカロニサラダ 小魚 果物	しかひき肉 ロースハム いわし	玉ねぎ 人参 いんげん きゅうり 人参 果物	米 押麦 じゃがいも カレールウ マカロニ マヨネーズ	麦茶 とうもろこし	
30 水	○	食パン 果物 魚のフライ ポテト 中華きゅうり コーン豆乳スープ	しいら 豆腐	果物 果物 きゅうり コーン 玉ねぎ 人参	食パン 小麦粉 パン粉 油 じゃがいも ごま油 砂糖 ごま	麦茶 おにぎり	

※昼の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています。 | 1日分平均値 | エネルギー | タンパク質 | 脂質 | 塩分

※ 栄養価は、お昼とおやつ合計です。教育部籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。
※ 仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。

乳児	519kcal	21.0g	16.3g	1.7g
幼児	574kcal	22.5g	17.1g	2.1g