

6月

令和4年度

これだこひょう

年間目標：食事の正しいマナーを身につけて、楽しく食べよう

月間目標：よくかんで食べる

献立	 梅雨の季節になりました！ 梅（梅干し）を使ったさっぱり味の メニューを取り入れました。 おやつも新じゃがや、かえるパン、 あじさいゼリー、水無月など 6月らしさを楽しみましょう！！ 				1（水）	2（木）	3（金）
	材料	魚のカレムニエル 胡瓜ともやしのサラダ 豆乳みそ汁 フルーツ 魚の切り身、キャベツ 胡瓜、もやし、人参 じゃが芋、玉ねぎ 油揚げ、ねぎ、豆乳	豚丼 春雨サラダ わかめスープ フルーツ 豚肉、人参、玉ねぎ 糸こんにゃく、ねぎ 春雨、胡瓜、わかめ もやし	ささみのフライ 南瓜の素揚げ レモン和え すまし汁 フルーツ 鶏ささみ、南瓜 キャベツ、人参、胡瓜 玉ねぎ、豆腐、わかめ			
献立	材料	タンンドリーチキン しょうゆフレンチ コーンスープ フルーツ 鶏肉、キャベツ、胡瓜 人参、ピーマン、わかめ 玉ねぎ、じゃが芋 ミニトマト、豆乳 クリームコーン缶	8（水）	9（木）	10（金）		
献立	材料	五目煮豆 ゆかり和え みそ汁 フルーツ 鶏肉、大豆、人参 こんにゃく、じゃが芋 昆布、青菜、キャベツ 玉ねぎ、しめじ、油揚げ	かみなり揚げ 野菜炒め すまし汁 フルーツ 豚ひき肉、豆腐、えのき 玉ねぎ、干し椎茸、人参 ひじき、グリーンピース アスパラガス、ベーコン コーン缶、わかめ	ちゃんぽん麺 わかめとツナの和え物 フルーツ 中華麺、豚肉、人参 もやし、キャベツ 玉ねぎ、にら、わかめ ツナ缶	魚のみそ煮 梅肉和え 金時煮豆 すまし汁 フルーツ 魚の切り身、キャベツ 人参、胡瓜、金時豆 玉ねぎ、えのき、麩		
献立	材料	豚肉の五目炒め 鶏しバーの生妻煮 中華スープ フルーツ 豚肉、玉ねぎ、人参 糸こんにゃく、もやし 青菜、鶏しバー、胡瓜 キャベツ、わかめ じゃが芋	14（火）	15（水）	16（木）		
献立	材料	チリコンカン 野菜スティック コンソメスープ フルーツ 豚ひき肉、大豆、玉ねぎ 人参、胡瓜、キャベツ しめじ	豆腐ハンバーグ 野菜あんかけ たたき胡瓜 みそ汁 フルーツ 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ 人参、三度豆、胡瓜 キャベツ、油揚げ	スパゲティポリタン ドレッシングサラダ コンソメスープ フルーツ スパゲティ、ベーコン 玉ねぎ、人参、ピーマン キャベツ、胡瓜 コーン缶	ポテトグラタン おかか和え みそ汁 フルーツ ベーコン、玉ねぎ 人参、じゃが芋、しめじ 胡瓜、キャベツ、豆腐 わかめ		
献立	材料	生妻ご飯 魚の梅焼き 青菜とベーコンの炒め煮 すまし汁 フルーツ 魚の切り身、青菜 ベーコン、人参 コーン缶、生妻、玉ねぎ えのき、わかめ	21（火）	22（水）	23（木）		
献立	材料	洋風肉じゃが おひたし みそ汁 フルーツ 豚肉、玉ねぎ、人参 じゃが芋、グリーンピース キャベツ、もやし、豆腐 ちりめんじゃこ、わかめ	麻婆春雨 切り干し大根のサラダ 中華スープ フルーツ 豚ひき肉、春雨、人参 なす、ピーマン 切り干し大根、胡瓜 玉ねぎ、青菜	フィッシュバーガー フライドポテト フレンチサラダ コンソメスープ フルーツ ロールパン、魚の切り身 じゃが芋、ミニトマト 胡瓜、キャベツ コーン缶、玉ねぎ パセリ	魚の唐揚げあんかけ 酢の物 すまし汁 フルーツ 魚の切り身、玉ねぎ 人参、ピーマン、しめじ 胡瓜、キャベツ、わかめ 豆腐、えのき		
献立	材料	ホイコーロー 胡瓜のポリポリ 中華スープ フルーツ 豚肉、人参、キャベツ ピーマン、しめじ、胡瓜 玉ねぎ、もやし、ニラ	28（火）	29（水）	30（木）		
献立	材料	鶏の唐揚げ 切り干し大根の和え物 コンソメスープ フルーツ 鶏肉、切り干し大根 人参、キャベツ、ハム コーン缶、玉ねぎ しめじ	魚の照り焼き ひじきと大豆の炒め煮 みそ汁 フルーツ 魚の切り身、ひじき 大豆、人参、油揚げ じゃが芋、えのき	カレーライス カミカミサラダ フルーツ 豚肉、玉ねぎ、人参 じゃが芋、鶏ささみ ごぼう、胡瓜	ポップコーン・こぶ・ジョア		
献立	材料	フライドポテト・牛乳	マカロニのあべかわ・牛乳	水無月・牛乳			

6時以降の軽食は、おにぎり・ポールウインナー・果物を食べます。離乳食・除去食など、子ども達一人一人の対応をしています。都合により献立を変更する場合があります。 部会により献立を変更する場合があります。 部会により献立を変更する場合があります。

3歳以上のお子様も、主食（ごはん等）は保育園で用意します。火・金曜日は玄米食を食べます。

14日（火）は、クッキング（豆乳クッキー）をします。らいおん・きりん・ぱんだぐみさんは、エプロン・三角巾の準備をお願いします。

みずほ保育園