

ぱくぱく

平成28年度 6月

☆お知らせ☆

- 給食に取り入れた旬の食材は・・・『おくら・きゅうり・トマト・ピーマン・じゃがいも・さくらんぼ』です。
- 3歳未満月は7・27日が味付きご飯です。その他の日は白ご飯になっています。
- 3日はお弁当箱におかずを詰めます。3歳以上児はおにぎりをお弁当箱に入れてきてください。

日	曜日	メニュー			きゅうしょくのざいりょう			家でとりた食物
		3才未満児朝おやつ	おひるのきゅうしょく	みんなのおやつ	エネルギーになるもの(きいろ)	ちやにくになるもの(あか)	びょうきをやっつけるもの(みどり)	
1	水	チョコっとフレンチ	五目卵とじ/スパゲティサラダ/グレープフルーツ	ウィンナードッグ	じゃがいも あぶら さとう スパゲティ マヨネーズ	あぶらあげ しらす たまご ハム	たまねぎ にんじん しじめ ねぎ レタス きゅうり うめぼし グレープフルーツ	肉類 海藻類
2	木	五平餅	ポークカレー/おくらのごま和え/五目ひじき/みかん缶	外郎	じゃがいも あぶら さとう ごま	はたにく あぶらあげ だいす	にんにく たまねぎ にんじん ほうれんそう おくら ひじき こんにゃく さやいんげん みかん缶	魚類 きのこと類
3	金	フルーチェ	【ピクニックの日】 鶏肉のスパイス焼き/ピーマンのきんぴら/豆腐 カルボナーラ/さくらんぼ缶	チョコねじりパン	ごまあぶら さとう ごま マカロニ あぶら	とりにく さつまあげ ベーコン とうふ こなチーズ	しょうが ピーマン あかピーマン きいろピーマン たまねぎ パセリ さくらんぼ缶	卵類 葉菜類
6	月	バナナ	鮭の西京漬け/かぼちゃのごま和え/シーフードサ ラダ/もも缶	にんじんのカップケーキ	さとう ごま あぶら	さけ みそ えび いか こなチーズ	かぼちゃ きゅうり とうもろこし わかめ もも缶	肉類 野菜類
7	火	ミルクきなこ餅	サラダうどん/里芋のそぼろ煮/ゴールドキウイ (3未:炊き込みご飯)	チーズスコーン	うどん マヨネーズ ごま さといも あぶら さとう	とりさきみ かつおぶし とりひきにく	きゅうり レタス トマト わかめ えだまめ ゴールドキウイ	大豆製品 きのこと類
8	水	バタートースト	中華風肉団子/レタス/切干大根サラダ/パイン缶	バナナ/オレンジ	かたくりこ さとう ごまあぶら マヨネーズ	はたひきにく ハム	しょうが たまねぎ ねぎ しじめ レタス きりぼしだいこん きゅうり にんじん パイン缶	魚類 いも類
9	木	桃ヨーグルト	豆腐ステーキ(ツナマヨコーン)/小松菜とベー コンの炒め物/みかん缶	ブルーベリーマフィン	かたくりこ あぶら マヨネーズ バター	とうふ ツナ ベーコン	とうもろこし パセリ こまつな にんじん みかん缶	卵類 野菜類
10	金	かぼちゃのチーズ 焼き	具沢山スープ/梅肉くれんこん/じゃこじゃが/さ くらんぼ	ジャムパン	はるさめ マヨネーズ ごま じゃがいも あぶら さとう	とりにく ツナ しらす	しじめ ほうれんそう たまねぎ にんじん れんこん うめぼし さくらんぼ	大豆製品 海藻類
13	月	マカロニのあべか わ	きのこオムレツ/ちんげん菜と豚肉の味噌炒め/も も缶	青菜むすび	あぶら さとう	とりひきにく たまご スキムミルク クリーム はたにく みそ	しめじ えのき たまねぎ にんじん しょうが ちんげんさい もも缶	魚類 果物
14	火	ジャムサンド	ぶりぶり中華炒め/チーズサラダ/みかん缶	ヨーグルト(牛乳なし)	あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら マカロニ マヨネーズ	とりにく うずらのたまご チーズ ツナ	にんにく しょうが こんにゃく たまねぎ だけのこ しじめ にんじん ピーマン きゅうり みかん缶	大豆製品 いも類
15	水	五平餅	鱈のタルタルソース/かぼちゃのミルク煮/五目 和え/バナナ	フランスパン煎餅	マヨネーズ バター さとう はるさめ ごま	さわら たまご きゅうりにゅう	たまねぎ パセリ かぼちゃ もやし ほうれんそう にんじん しじめ バナナ	肉類 大豆製品
ご命日 16	木	焼き菓子	生揚げの田楽/茹で枝豆/コールスローサラダ/パ イン缶	ココア蒸しぱん	さとう ごま マヨネーズ	なまあげ みそ	えだまめ きゃべつ にんじん とうもろこし パイン缶	乳製品 いも類
17	金	パンブディング	鶏肉のごま照り焼き/レタス/おからサラダ/キウ イフルーツ	オレンジゼリー	さとう ごま マヨネーズ	とりにく おから ツナ とうにゅう	レタス きゅうり とうもろこし にんじん キウイフルーツ	卵類 野菜類
20	月	バナナ	豚肉の味噌炒め/レタス/おからサラダ/もも缶	スノーボールクッキー	あぶら マヨネーズ さとう ごま	はたにく みそ スキムミルク しらす	うめぼし にんじん さやいんげん レタス もやし ほうれんそう もも缶	魚類 きのこと類
誕生会 21	火	お菓子	おたのしみランチ	黒糖のふラスク				
22	水	マカロニのあべか わ	あじの竜田揚げ/ツナごまきゅうり/コーンポテト サラダ/みかん缶	グレープフルーツ/オレ ンジ	かたくりこ あぶら ごまあぶら ごま じゃがいも マヨネーズ	あじ ツナ ハム	しょうが きゅうり とうもろこし さやいんげん あかピーマン みかん缶	肉類 葉菜類
23	木	ぎょうざの皮ピザ	豆腐のキッシュ/かりこりいりこ/焼きビーフン/ ゴールドキウイ	わらび餅	あぶら さとう ごま ビーフン ごまあぶら	とうふ ベーコン たまご クリーム スキムミルク チーズ いりこ はたにく	ほうれんそう しめじ たまねぎ にんじん ピーマン しじめ ゴールドキウイ	魚類 海藻類
24	金	ジャムヨーグルト	鶏肉のバーベキューソース/レタス/ひじきサラダ /パイン缶	チョコパン	ごまあぶら マヨネーズ ごま	とりにく ツナ	にんにく しょうが りんご レタス ひじき きゃべつ にんじん きゅうり パイン缶	卵類 大豆製品
27	月	あべかわ餅	パンパンジー/ジャーマンポテト/バナナ (3未:わかめご飯)	マーマレードケーキ	さとう ごまあぶら ごま じゃがいも バター	とりさきみ みそ ベーコン	きゅうり にんじん もやし ミニトマト たまねぎ とうもろこし パセリ バナナ	大豆製品 きのこと類
28	火	ラスク	カレーうどん/和風サラダ/切干大根とベーコンの 煮物/もも缶	フルーツ寒天	うどん あぶら ごまあぶら ごま	はたひきにく ツナ とうふ かつおぶし ベーコン	にんにく たまねぎ にんじん ほうれんそう えのき しめじ きゅうり もやし きりぼしだいこん もも缶	卵類 いも類
29	水	じゃがバター	レバーのマリアナソース/レタス/豆とりんごのサ ラダ/オレンジ	ココアクッキー	かたくりこ あぶら さとう じゃがいも マヨネーズ	はたレバー ハム	しょうが レタス りんご きゅうり ミックスピーンズ オレンジ	魚類 野菜類
30	木	フルーツヨーグル ト	鮭の味噌マヨ焼き/かぼちゃの甘辛煮/小松菜のご ま和え/パイン缶	抹茶ミルク蒸しぱん	マヨネーズ あぶら さとう ごま	さけ みそ とりひきにく しらす	かぼちゃ たまねぎ こまつな にんじん もやし パイン缶	卵類 大豆製品

*みんなのおやつで毎日牛乳を100ml飲みます。

平成28年5月31日 社会福祉法人 百華児童苑 嘉川保育園