

下羽栗保育所 6月の献立（乳児）



日	曜日	午前おやつ	昼食献立	午後おやつ	主な食材	kcal	塩分
1	月	星たべよ	カレーうどん、揚げたご焼き、フルーツヨーグルト	ハッピーターン	うどん、豚肉、玉葱、人参、葱、油揚げ、カレー粉//たご焼き//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳 501	1.7
2	火	雪の宿	ごはん、厚揚げ中華炒め、もやしナムル、中華スープ	ゼリー	米//厚揚げ、鶏肉、玉葱、人参、しいたけ、いんげん//もやし、チンゲン菜、人参//大根、わかめ、ごま//ジュース	牛乳 460	1.1
3	水	かっぱえびせん	ゆかりごはん、白身フライ、ほうれん草おかか和え、味噌汁	しるこサンド	米、ゆかりご飯の素//白身フライ//ほうれん草、人参、かつお節//白菜、葱、油揚げ	牛乳 472	1.7
4	木	ブライム	ごはん、チャブチェ風、ブロッコリーごま和え、吸物	黒棒	米//豚肉、春雨、玉葱、人参、ピーマン、しめじ//ブロッコリー、人参、ごま//おくら、わかめ、麩	牛乳 464	1.3
5	金	ハーベスト	ツナたまチャーハン、パンパンジー、わかめスープ	バームクーヘン	米、ツナ、卵、玉葱、人参、葱//ささみ、もやし、胡瓜、人参、ドレッシング//玉葱、わかめ、ごま	牛乳 517	1.2
6	土	ハッピーターン	にゅうめん、ジャーマンポテト、フルーツ	ブライム	そうめん、わかめ、人参、かまぼこ、葱//じゃが芋、玉葱、ウインナー//パイン缶	牛乳 455	1.8
8	月	ぼたぼた焼き	肉みそ丼、ひじきの煮物、吸物	カルシウムせんべい	米、豚ミンチ、玉葱、人参、いんげん//ひじき、人参、さつま揚げ//白菜、葱、麩	牛乳 463	2.2
9	火	サブレ	ごはん、豚ニラもやし、南瓜サラダ、中華スープ	揚げパン	米//豚肉、もやし、人参、ニラ//南瓜、コーン、ハム、マヨネーズ//なると、チンゲン菜、玉葱//パン、きな粉	牛乳 550	1.6
10	水	ポーロ	ごはん、鶏の照り煮、大根サラダ、味噌汁	ばりんこ	米//鶏肉、じゃが芋//大根、人参、ツナ、ドレッシング//えのき、葱、わかめ	牛乳 503	1.8
11	木	白い風船・一口ゼリー	スパゲッティミートソース、キャベツサラダ、コンソメスープ	バナナ	スパゲッティ、合挽ミンチ、玉葱、人参、グリーンピース、トマトソース缶、ケチャップ//キャベツ、人参、胡瓜、かにかま、ドレッシング//しめじ、人参、コーン//バナナ	牛乳 440	1.5
12	金	ビスコ	わかめごはん、エビマヨ、チンゲン菜煮浸し、味噌汁	サッポロポテト	米、わかめご飯の素//えびフリッター、ブロッコリー、ケチャップ、マヨネーズ//チンゲン菜、人参、竹輪//オクラ、わかめ、油揚げ	牛乳 512	1.7
13	土	ばりんこ	ラーメン、ウインナー、フルーツ	サブレ	ラーメン、豚肉、キャベツ、人参、コーン、なると//ウインナー、ケチャップ//みかん缶	牛乳 484	2.0
15	月	ブライム	ごはん、ふりかけ、コロッケ、かにかまサラダ、けんちん汁	フルーチェ	米//ふりかけ//コロッケ//ブロッコリー、人参、かにかま、マヨネーズ//豆腐、里芋、ごぼう、大根、人参、葱//フルーチェの素、牛乳	牛乳 501	1.6
16	火	しるこサンド	ごはん、麻婆豆腐、もやしハムサラダ、スープ	ハッピーターン	米//豆腐、豚ミンチ、玉葱、しいたけ、葱//もやし、胡瓜、ハム、ドレッシング//玉葱、わかめ、ごま	牛乳 528	1.4
17	水	かっぱえびせん	ごはん、鶏と野菜のしょうが炒め、マカロニサラダ、味噌汁	麩ラスク	米//鶏肉、キャベツ、玉葱、人参、しめじ//マカロニ、人参、コーン、ハム、マヨネーズ//なす、葱、わかめ//麩、マーガリン	牛乳 499	1.5
18	木	星たべよ	カレーライス、ツナサラダ、フルーツヨーグルト	黒棒	米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレー粉//いんげん、人参、ツナ、ドレッシング//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳 534	1.3
19	金	ハーベスト	焼きそば、餃子、卵スープ	雪の宿	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、ピーマン、青のり//餃子//卵、葱、コーン	牛乳 516	1.7
20	土	ハッピーターン	きつねうどん、しらす入りスクランブルエッグ、フルーツ	黒棒	うどん、油揚げ、わかめ、葱//卵、しらす干し、玉葱、人参//パイン缶	牛乳 459	1.5
22	月	サブレ	ごはん、ふりかけ、ハンバーグ、ポテトのチーズ焼き、スープ	ぼたぼた焼き	米//ふりかけ//ハンバーグ、ケチャップ//じゃが芋、チーズ、マヨネーズ、青のり//玉葱、人参、パセリ	牛乳 492	1.7
23	火	サッポロポテト	冷やし中華、春巻き、フルーツ	ココア蒸しパン	中華麺、胡瓜、もやし、ハム、錦糸卵//春巻き//黄桃缶、パイン缶//ホットケーキミックス、卵、牛乳、ココア	牛乳 516	2.0
24	水	ポーロ	ひじきごはん、がんも煮、吸物、一口ゼリー	ポッキンジュース・ハッピーターン	米、ひじき、人参、しいたけ、ツナ、コーン//がんもどき//えのき、みつば、麩	牛乳 482	1.6
25	木	動物ビスケット	ごはん、豆腐の五目煮、いんげんみそ和え、吸物	ばりんこ	米//豆腐、鶏肉、玉葱、人参、しいたけ、//いんげん、人参、かまぼこ//おくら、わかめ、葱	牛乳 487	2.1
26	金	ビスコ	ビビンバ丼、春雨サラダ、中華スープ	わらび餅	米、合挽ミンチ、ほうれん草、もやし、人参、ごま//春雨、胡瓜、ハム、ドレッシング//チンゲン菜、かにかま、葱//わらび餅、きな粉	牛乳 508	1.1
27	土	ハッピーターン	冷やしうどん、ウインナー、フルーツ	サブレ	うどん、オクラ、かまぼこ、葱//ウインナー、ケチャップ//黄桃缶	牛乳 443	1.7
29	月	いわしっ子・一口ゼリー	ごはん、チキン味噌カツ、ミモザサラダ、吸物	ハッピーターン	米//キチンカツ//ブロッコリー、卵、人参、マヨネーズ//えのき、わかめ、麩	牛乳 511	2.0
30	火	かっぱえびせん	パン、焼きビーフン、ポパイサラダ、スープ	みそぎ団子	パン//ビーフン、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン、しめじ//ほうれん草、人参、コーン、マヨネーズ//白菜、人参、パセリ//みそぎ団子	牛乳 519	2.0

☆材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願ひします。

☆みそぎ団子はアレルギー対応のものを使用しています。



下羽栗保育所 6月の献立（幼児）



日	曜日	午前おやつ	昼食献立	午後おやつ	主な食材	kcal	塩分
1	月	カレーうどん、揚げたこ焼き、フルーツヨーグルト		ハッピーターン	うどん、豚肉、玉葱、人参、葱、油揚げ、カレー粉//たこ焼き//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳 517	2.0
2	火	ごはん、厚揚げ中華炒め、もやしナムル、中華スープ		ゼリー	米//厚揚げ、鶏肉、玉葱、人参、しいたけ、いんげん//もやし、チンゲン菜、人参//大根、わかめ、ごま//ジュース	牛乳 468	0.9
3	水	ゆかりごはん、白身フライ、ほうれん草おかか和え、味噌汁		しるこサンド	米、ゆかりご飯の素//白身フライ//ほうれん草、人参、かつお節//白菜、葱、油揚げ	牛乳 516	1.9
4	木	ごはん、チャプチェ風、ブロッコリーごま和え、吸物		黒棒	米//豚肉、春雨、玉葱、人参、ピーマン、しめじ//ブロッコリー、人参、ごま//おくら、わかめ、麩	牛乳 474	1.2
5	金	ツナたまチャーハン、パンパンジー、わかめスープ		バームクーヘン	米、ツナ、卵、玉葱、人参、葱//ささみ、もやし、胡瓜、人参、ドレッシング//玉葱、わかめ、ごま	牛乳 510	1.2
6	土	ハッピーターン にゅうめん、ジャーマンポテト、フルーツ		プライム	そうめん、わかめ、人参、かまぼこ、葱//じゃが芋、玉葱、ウインナー//パイン缶	牛乳 511	2.0
8	月	肉みそ丼、ひじきの煮物、吸物		カルシウムせんべい	米、豚ミンチ、玉葱、人参、いんげん//ひじき、人参、さつま揚げ//白菜、葱、麩	牛乳 480	2.0
9	火	ごはん、豚こらもやし、南瓜サラダ、中華スープ		揚げパン	米//豚肉、もやし、人参、こら//南瓜、コーン、ハム、マヨネーズ//なると、チンゲン菜、玉葱//パン、きな粉	牛乳 591	1.6
10	水	ごはん、鶏の照り煮、大根サラダ、味噌汁		ばりんこ	米//鶏肉、じゃが芋//大根、人参、ツナ、ドレッシング//えのき、葱、わかめ	牛乳 526	1.8
11	木	スパゲッティミートソース、キャベツサラダ、コンソメスープ		バナナ	スパゲッティ、合挽ミンチ、玉葱、人参、グリーンピース、トマトソース缶、ケチャップ//キャベツ、人参、胡瓜、かにかま、ドレッシング//しめじ、人参、コーン//バナナ	牛乳 460	1.4
12	金	わかめごはん、エビマヨ、チンゲン菜煮浸し、味噌汁		サッポロポテト	米、わかめご飯の素//えびフリッター、ブロッコリー、ケチャップ、マヨネーズ//チンゲン菜、人参、竹輪//オクラ、わかめ、油揚げ	牛乳 541	1.9
13	土	ばりんこ ラーメン、ウインナー、フルーツ		サブレ	ラーメン、豚肉、キャベツ、人参、コーン、なると//ウインナー、ケチャップ//みかん缶	牛乳 616	2.3
15	月	ごはん、ふりかけ、コロッケ、かにかまサラダ、けんちん汁		フルーチェ	米//ふりかけ//コロッケ//ブロッコリー、人参、かにかま、マヨネーズ//豆腐、里芋、ごぼう、大根、人参、葱//フルーチェの素、牛乳	牛乳 538	1.8
16	火	ごはん、麻婆豆腐、もやしハムサラダ、スープ		ハッピーターン	米//豆腐、豚ミンチ、玉葱、しいたけ、葱//もやし、胡瓜、ハム、ドレッシング//玉葱、わかめ、ごま	牛乳 545	1.4
17	水	ごはん、鶏と野菜のしょうが炒め、マカロニサラダ、味噌汁		麩ラスク	米//鶏肉、キャベツ、玉葱、人参、しめじ//マカロニ、人参、コーン、ハム、マヨネーズ//なす、葱、わかめ//麩、マーガリン	牛乳 500	1.4
18	木	カレーライス、ツナサラダ、フルーツヨーグルト		黒棒	米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレー粉//いんげん、人参、ツナ、ドレッシング//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳 537	1.2
19	金	焼きそば、餃子、卵スープ		雪の宿	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、ピーマン、青のり//餃子//卵、葱、コーン	牛乳 560	1.9
20	土	ハッピーターン きつねうどん、しらす入りスクランブルエッグ、フルーツ		黒棒	うどん、油揚げ、わかめ、葱//卵、しらす干し、玉葱、人参//パイン缶	牛乳 510	1.7
22	月	ごはん、ふりかけ、ハンバーグ、ポテトのチーズ焼き、スープ		ぼたぼた焼き	米//ふりかけ//ハンバーグ、ケチャップ//じゃが芋、チーズ、マヨネーズ、青のり//玉葱、人参、パセリ	牛乳 549	2.1
23	火	冷やし中華、春巻き、フルーツ		ココア蒸しパン	中華麺、胡瓜、もやし、ハム、錦糸卵//春巻き//黄桃缶、パイン缶//ホットケーキミックス、卵、牛乳、ココア	牛乳 526	2.2
24	水	ひじきごはん、がんも煮、吸物、一口ゼリー		ポッキンジュース・ハッピーターン	米、ひじき、人参、しいたけ、ツナ、コーン//がんもどき//えのき、みつば、麩	牛乳 508	1.7
25	木	ごはん、豆腐の五目煮、いんげんみそ和え、吸物		ばりんこ	米//豆腐、鶏肉、玉葱、人参、しいたけ、//いんげん、人参、かまぼこ//おくら、わかめ、葱	牛乳 496	2.0
26	金	ビビンバ丼、春雨サラダ、中華スープ		わらび餅	米、合挽ミンチ、ほうれん草、もやし、人参、ごま//春雨、胡瓜、ハム、ドレッシング//チンゲン菜、かにかま、葱//わらび餅、きな粉	牛乳 539	1.1
27	土	ハッピーターン 冷やしうどん、ウインナー、フルーツ		サブレ	うどん、オクラ、かまぼこ、葱//ウインナー、ケチャップ//黄桃缶	牛乳 562	2.2
29	月	ごはん、チキン味噌カツ、ミモザサラダ、吸物		ハッピーターン	米//キチンカツ//ブロッコリー、卵、人参、マヨネーズ//えのき、わかめ、麩	牛乳 574	2.3
30	火	パン、焼きビーフン、ポパイサラダ、スープ		みそぎ団子	パン//ビーフン、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン、しめじ//ほうれん草、人参、コーン、マヨネーズ//白菜、人参、パセリ//みそぎ団子	牛乳 503	1.8

☆材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願い致します。

☆みそぎ団子はアレルギー対応のものを使用しています。

