

令和5年

6月の献立表

いずみ認定こども園

曜日	月	火	水	木	金	土
日				1	2	3
献立				親子丼 しらすの酢の物 フルーツ	あじの半身干し 南瓜煮 そうめん汁 フルーツ	コロッケ 野菜ソテー 豆腐のみそ汁 フルーツ
材料				鶏肉 玉ねぎ 人参 白菜 しいたけ 卵 きゃべつ 胡瓜 わかめ しらす ごま フルーツ	あじ そうめん 胡瓜 油揚げ 人参 青ねぎ 南瓜 フルーツ	コロッケ きゃべつ 人参 ビーマン 絹ごし豆腐 玉ねぎ わかめ 油揚げ 青ねぎ フルーツ
おやつ				ミルク お菓子	ミルク 豆 お菓子	
日	5	6	7	8	9	10
献立	お好み焼き 肉団子 豆腐のみそ汁 フルーツ	カレーライス マカロニサラダ フルーツ	いなり寿司 焼きししゃも すまし汁 フルーツ	筑前煮 あじ玉子 小松菜のごま和え フルーツ	鮭フライ ポイルブロックリー ミネストローネ フルーツ	さばの半身干し 三色ごま和え じゃが芋のみそ汁 フルーツ
材料	ひき肉 きゃべつ 人参 こんにゃく 卵 肉団子 絹ごし豆腐 わかめ 玉ねぎ 油揚げ 青ねぎ フルーツ	ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 コーン グリーンピース しめじ きゃべつ 胡瓜 ハム マカロニ フルーツ クリームチーズ 卵 生クリーム	ししゃも 油揚げ 人参 しいたけ ごま 麩 ほうれん草 青ねぎ フルーツ	鶏肉 大根 人参 厚揚げ 竹の子 ごぼう しいたけ 絹さや 卵 小松菜 コーン ごま フルーツ	鮭 あおさ ブロックリー 人参 きゃべつ 大豆 玉ねぎ ベーコン トマト缶 マカロニ コーン フルーツ	さば ほうれん草 人参 もやし じゃが芋 玉ねぎ 油揚げ 青ねぎ フルーツ
おやつ	ミルク お菓子	ミルク チーズケーキ	ミルク お菓子	ミルク お菓子	ミルク お菓子	
日	12	13	14	15	16(遠足)	17
献立	あじのみりん干し 混ぜ込みご飯 小松菜のみそ汁 フルーツ	ウインナー入り酢豚 中華スープ フルーツ	中華丼 もやしのナムル フルーツ	コロッケ 野菜ソテー わかめスープ フルーツ	お弁当日	焼き飯 肉団子 ほうれん草のみそ汁 フルーツ
材料	あじ 鶏肉 竹の子 しいたけ こんにゃく 絹さや 小松菜 人参 玉ねぎ 油揚げ 青ねぎ フルーツ	ウインナー 玉ねぎ 豚肉 しいたけ 人参 ピーマン 竹の子 春雨 チンゲン菜 ごま フルーツ	豚肉 玉ねぎ 人参 白菜 しいたけ イカ エビ ほうれん草 もやし 胡瓜 カニカマ ごま フルーツ	ひき肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ きゃべつ ピーマン もやし わかめ しめじ ごま フルーツ		豚肉 玉ねぎ 人参 卵 青ねぎ 肉団子 ほうれん草 油揚げ 絹ごし豆腐 フルーツ
おやつ	ミルク フルーツゼリー	ミルク お菓子	ミルク お菓子	ミルク お菓子		
日	19	20	21	22	23	24
献立	焼きビーフン ちくわの磯辺焼き 南瓜のみそ汁 フルーツ	いわしのかば焼き丼 白和え わかめのすまし汁 フルーツ	ナポリタン からあげ コンソメスープ フルーツ	さわら野菜あんかけ 粉ふき芋マヨ きゃべつのみそ汁 フルーツ	麻婆豆腐 春雨の中華サラダ フルーツ	カレーライス コーンサラダ フルーツ
材料	豚肉 玉ねぎ ビーマン 人参 ビーフン ちくわ あおさ 南瓜 えのき 油揚げ 青ねぎ フルーツ	いわし インゲン ごま 人参 卵 絹ごし豆腐 しいたけ ほうれん草 こんにゃく わかめ えのき 青ねぎ フルーツ	ウインナー パスタ 玉ねぎ 人参 ビーマン からあげ 白菜 コーン グリーンピース フルーツ 卵	さわら 玉ねぎ えのき ピーマン 人参 じゃが芋 あおさ きゃべつ 麩 青ねぎ フルーツ	ひき肉 玉ねぎ 人参 木綿豆腐 青ねぎ きゃべつ 胡瓜 春雨 カニカマ ごま フルーツ チーズ	ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 胡瓜 きゃべつ コーン ハム フルーツ
おやつ	ミルク お菓子	ミルク お菓子	ミルク ホットケーキ	ミルク お菓子	ミルク チーズ お菓子	
日	26(誕生会)	27	28	29	30	
献立	お子様ランチ わかたまスープ	塩さば 切り干し大根煮 小松菜のみそ汁 フルーツ	ハヤシライス たまごサラダ フルーツ	赤魚のみぞれ煮 春雨の酢の物 豆腐のみそ汁 フルーツ	チキンカツ ポテトサラダ きゃべつのみそ汁 フルーツ	
材料	ウインナー じゃが芋 あおさ しゅうまい チキンナゲット 人参 ブロックリー ふりかけ ゼリー わかめ 卵 えのき ヤクルト ケーキ	さば 切り干し大根 人参 こんにゃく ちくわ しいたけ 小松菜 油揚げ 玉ねぎ 青ねぎ フルーツ	ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 コーン グリーンピース しめじ きゃべつ 胡瓜 卵 ハム フルーツ	赤魚 大根 きゃべつ 春雨 胡瓜 ハム ごま 絹ごし豆腐 わかめ 玉ねぎ 油揚げ 青ねぎ フルーツ	鶏肉 じゃが芋 人参 胡瓜 ハム コーン グリーンピース 麩 きゃべつ 玉ねぎ 青ねぎ フルーツ ヨーグルト	
おやつ	ヤクルト ケーキ	ミルク お菓子	ミルク お菓子	ミルク お菓子	ミルク フルーツヨーグルト	

※材料の都合で変更することがあります