



6月の給食

14日 お弁当の日★
23日 お誕生日会★

ぐぜにし保育園【922-0007】

日	曜	お昼の献立	材料・調味料	3時のおやつ
1	木	ごはん 白身魚のあんかけ マカロニサラダ もやしスープ	米 白身魚 玉ねぎ 人参 ピーマン しいたけ キャベツ きゅうり マカロニ もやし わかめ ヨーグルト みかん缶 パイン缶 ケチャップ さとう しょうゆ す マヨネーズ しお	★手作りおやつ★ 【ヨーグルト和え】
2	金	カレーライス しめじのごま和え パイン缶 卵汁	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ きゅうり キャベツ パイン缶 卵 牛乳 カレールー ケチャップ さとう しょうゆ ソース す ごま	おせんべい ラムネ 牛乳
3	土	ごはん チンジャオロース ブロッコリーサラダ 野菜のみそ汁	米 牛肉 筍 ピーマン ブロッコリー わかめ 玉ねぎ 人参 牛乳 さとう しょうゆ みりん す ごま油	ビスケット ラムネ 牛乳
5	月	ごはん ミートパグティ じゃこの酢の物 オクラとわかめのスープ	米 スパゲティ 豚ミンチ トマト缶 ピーマン 玉ねぎ 人参 じゃこ キャベツ きゅうり オクラ わかめ フルーチェの素 牛乳 さとう しょうゆ ケチャップ す	★手作りおやつ★ 【フルーチェ】
6	火	ごはん とりの照り焼き スクランブルエッグ ポテトサラダ 野菜のみそ汁	米 鶏肉 卵 じゃが芋 キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ 枝豆 ホットケーキの素 牛乳 さとう みりん しょうゆ マヨネーズ す しお みそ	★手作りおやつ★ 【枝豆ドーナツ・牛乳】
7	水	ごはん きつねうどん 豆腐サラダ チーズ ひじきの五目煮	米 生うどん 油揚げ 卵 ネギ 豆腐 レタス きゅうり 人参 ベーコン ひじき 五目豆 チーズ 牛乳 さとう しょうゆ す ごま油 みりん	おせんべい ラムネ 牛乳
8	木	ごはん さばの竜田揚げ ブロッコリー 卵の酢の物 野菜のみそ汁	米 さば ブロッコリー 卵 キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 牛乳 さとう しょうゆ ごま みそ	★手作りおやつ★ 【チーズサンド・牛乳】
9	金	カレーライス えのきのごま和え パイン缶 豆腐入り人参スープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 えのき きゅうり キャベツ 豆腐 パイン缶 牛乳 カレールー ケチャップ さとう しょうゆ ごま	ビスケット ラムネ 牛乳
10	土	親子丼 納豆和え 野菜のみそ汁	米 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 納豆 ほうれん草 人参 牛乳 さとう しょうゆ みそ	おせんべい ラムネ 牛乳
12	月	チキンライス ミートボール ツナサラダ みかん缶 さつま揚げのみそ汁	米 ささみミンチ 玉ねぎ 人参 ミートボール ツナ キャベツ きゅうり さつま揚げ 大根 みかん缶 じゃが芋 じゃこ チーズ 片栗粉 ケチャップ さとう しょうゆ す ごま油 みそ	★手作りおやつ★ 【おやき・お茶】
13	火	ごはん 麻婆豆腐 春雨サラダ 人参スープ	米 豚ミンチ 豆腐 人参 玉ねぎ 春雨 キャベツ きゅうり 卵 ピーマン コーン 蒸しパンの素 牛乳 しょうゆ みそ みりん さとう ごま油	★手作りおやつ★ 【野菜蒸しパン・牛乳】
14	水	★お弁当の日★		ビスケット ラムネ 牛乳
15	木	ごはん 白身魚のあんかけ マカロニサラダ もやしスープ	米 白身魚 玉ねぎ 人参 ピーマン しいたけ キャベツ きゅうり マカロニ もやし わかめ ビザ生地 ピーマン チーズ 牛乳 ケチャップ さとう しょうゆ す マヨネーズ しお	★手作りおやつ★ 【ビザ・牛乳】
16	金	カレーライス しめじのごま和え パイン缶 卵汁	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ きゅうり キャベツ パイン缶 卵 牛乳 カレールー ケチャップ さとう しょうゆ ソース す ごま	おせんべい ラムネ 牛乳
17	土	★親子スペシャルデー★		たのしみだね♪
19	月	ごはん ミートパグティ じゃこの酢の物 オクラとわかめのスープ	米 スパゲティ 豚ミンチ トマト缶 ピーマン 玉ねぎ 人参 じゃこ キャベツ きゅうり オクラ わかめ フルーチェの素 牛乳 さとう しょうゆ ケチャップ す	★手作りおやつ★ 【フルーチェ】
20	火	ごはん とりの照り焼き スクランブルエッグ ポテトサラダ 野菜のみそ汁	米 鶏肉 卵 じゃが芋 キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ 枝豆 ホットケーキの素 牛乳 さとう みりん しょうゆ マヨネーズ す しお みそ	★手作りおやつ★ 【枝豆ドーナツ・牛乳】
21	水	ごはん きつねうどん 豆腐サラダ チーズ ひじきの五目煮	米 生うどん 油揚げ 卵 ネギ 豆腐 レタス きゅうり 人参 ベーコン ひじき 五目豆 チーズ 牛乳 さとう しょうゆ す ごま油 みりん	ビスケット ラムネ 牛乳
22	木	ごはん さばの竜田揚げ ブロッコリー 卵の酢の物 野菜のみそ汁	米 さば ブロッコリー 卵 キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 牛乳 さとう しょうゆ ごま みそ	★手作りおやつ★ 【チーズサンド・牛乳】
23	金	ちらし寿司 えのきのごまあえ 豆腐入り人参スープ	米 しいたけ 人参 三度豆 かんぴょう 卵 豆腐 えのき キャベツ きゅうり ごま さとう す 塩 しょうゆ みりん	おせんべい ラムネ 牛乳
24	土	親子丼 納豆和え 野菜のみそ汁	米 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 納豆 ほうれん草 人参 牛乳 さとう しょうゆ みそ	ビスケット ラムネ 牛乳
26	月	チキンライス ミートボール ツナサラダ みかん缶 さつま揚げのみそ汁	米 ささみミンチ 玉ねぎ 人参 ミートボール ツナ キャベツ きゅうり さつま揚げ 大根 みかん缶 じゃが芋 じゃこ 片栗粉 チーズ ケチャップ さとう しょうゆ す ごま油 みそ	★手作りおやつ★ 【おやき・お茶】
27	火	ごはん 麻婆豆腐 春雨サラダ 人参スープ	米 豚ミンチ 豆腐 人参 玉ねぎ 春雨 キャベツ きゅうり 卵 ピーマン コーン 蒸しパンの素 牛乳 しょうゆ みそ みりん さとう ごま油	★手作りおやつ★ 【野菜蒸しパン・牛乳】
28	水	ごはん 肉うどん 油揚げの酢の物 かぼちゃの煮物	米 生うどん 牛肉 油揚げ 卵 ネギ キャベツ きゅうり かぼちゃ 牛乳 さとう しょうゆ す みりん	おせんべい ラムネ 牛乳
29	木	ごはん 白身魚のあんかけ マカロニサラダ もやしスープ	米 白身魚 玉ねぎ 人参 ピーマン しいたけ キャベツ きゅうり マカロニ もやし わかめ ビザ生地 ピーマン チーズ 牛乳 ケチャップ さとう しょうゆ す マヨネーズ しお	★手作りおやつ★ 【ビザ・牛乳】
30	金	カレーライス しめじのごま和え パイン缶 卵汁	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ きゅうり キャベツ パイン缶 卵 牛乳 カレールー ケチャップ さとう しょうゆ ソース す ごま	ビスケット ラムネ 牛乳

*10時のおやつは、ヤクルトです。

*仕入れ等の都合により、献立が多少異なる場合がありますが、ご了承下さい。

もうすぐ梅雨に入り、じめじめとした季節が始まります。この季節は、体調管理とともに食中毒予防にもしっかり注意をはらいましょう。

6月の食材は春から夏にかけて色鮮やかになってきます。畑では、きゅうりやトマト、ピーマンなどの色の濃い野菜が、すくすくと成長して

食べごろになってきます。大きくなったら、みんなで畑に取りに行ったり、皮むきや種取りをして野菜とたくさんふれあいたいと思います。



給食に出てくるのを楽しみにしてください♪♪