

令和4年6月分 給食献立予定表

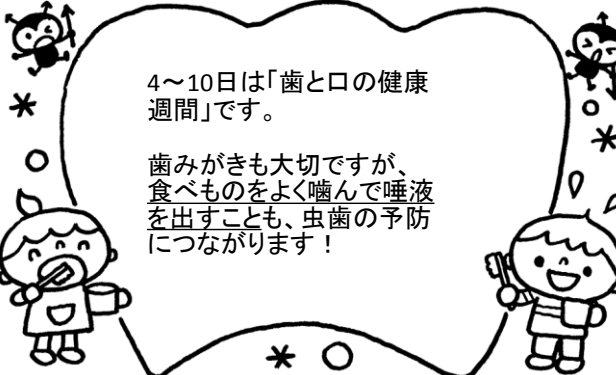
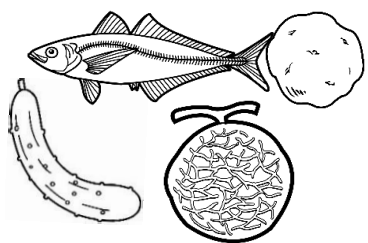
桶川市保育所

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・午後おやつ)				主食	3歳未満児午前おやつ 午後おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
1・15 (水)	めかじきのみそ漬け焼き 五目きんぴら 水菜とえのきの玉子スープ	米、スパゲティ、油、砂糖、片栗粉	牛乳、めかじき、卵、ロースハム(乳・卵・小麦不使用)、油揚げ、いわし(煮干し)	にんじん、たまねぎ、れんこん、ごぼう、えのきたけ、ピーマン、みずな、しょうが、干しいたけ	ケチャップ、みりん、しょうゆ、赤みそ、食塩、こしょう	ごはん	かぼちゃボーロ 牛乳 スパゲティナポリタン
2 (木)	中華風ローストチキン 野菜のごまよごし みそ汁(大根・万能ねぎ)	米、国産マスカットゼリー、国産あまおうゼリー、砂糖、ごま油	鶏もも肉、いわし(煮干し)、白すりごま、白いりごま	パイン缶、小松菜、みかん缶、大根、たまねぎ、黄桃缶、にんじん、かぶ、万能ねぎ、しょうが、にんにく	白みそ、しょうゆ、みりん	ごはん	花せんべい 麦茶 フルーツカクテル
3・17 (金)	干草焼き 三色煮浸し みそ汁(キャベツ・厚揚げ)	米、さつまいものパン、じゃがいも、砂糖、油、片栗粉	牛乳、卵、生揚げ、鶏ひき肉、いわし(煮干し)	もやし、にんじん、にら、キャベツ、さやえんどう、干しいたけ	白みそ、しょうゆ、みりん	ゆかり ごはん	カルシウムペイスティック 牛乳 さつまいものパン
4・18 (土)	ポークソテー ほうれん草とえのきのお浸し みそ汁(かぶ・わかめ)	米、油	豚肉(ロース)、いわし(煮干し)、削り節、わかめ	きゅうり、ほうれん草、かぶ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ	白みそ、しょうゆ、食塩、菜飯ごはんの素、こしょう	ごはん	しょうゆせんべい 麦茶 おにぎり(菜飯) スティックきゅうり
6・20 (月)	鶏肉のマヨチーズフレーク焼き 豆苗ともやしのナムル みそ汁(しめじ・長ねぎ)	米、冷麦、マヨネーズ、パン粉、コーンフレーク、砂糖、ごま油	鶏もも肉、かつお節(だし)、粉チーズ、いわし(煮干し)	豆苗、もやし、きゅうり、みかん缶、にんじん、しめじ、コーン、長ねぎ	白みそ、しょうゆ、みりん、酢、食塩、こしょう	ごはん	キャンディチーズ 麦茶 冷麦
7・21 (火)	生揚げと豚肉の中華炒め 青梗菜のごま酢和え みそ汁(わかめ・焼麩)	米、小麦粉、砂糖、油、焼麩	大豆飲料、生揚げ、無調製豆乳、豚肉(ロース)、いわし(煮干し)、白すりごま、わかめ	チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、しょうが	白みそ、しょうゆ、ココア(ビュココア)、酢、ベーキングパウダー、鶏がら粉末、食塩、こしょう	ごはん	ミニハートせんべい 大豆飲料 ココアケーキ(卵・乳不使用)
8・22 (水)	あじフライ 春雨サラダ みそ汁(南瓜・玉ねぎ)	米、カルシウムせんべい、春雨、油、ごま油、砂糖	牛乳、あじフライ、ロースハム(乳・卵・小麦不使用)、いわし(煮干し)	メロン、かぼちゃ、きゅうり、たまねぎ、にんじん	白みそ、中濃ソース、ケチャップ、しょうゆ、酢	ごはん	野菜ジュース 牛乳 メロン カルシウムせんべい
9・23 (木)	炒り鶏 マカロニソテー みそ汁(豆腐・水菜)	米、食パン、板こんにゃく、マカロニ、砂糖、油	牛乳、木綿豆腐、鶏むね肉、加糖練乳、ベーコン(乳・卵・小麦不使用)、きなこ、いわし(煮干し)	ほうれん草、にんじん、たまねぎ、たけのこ、みずな、さやえんどう、干しいたけ	白みそ、しょうゆ、食塩、こしょう	ごはん	ミニわかめちゃん 牛乳 ♪練乳きなこトースト
10・24 (金)	ポークカレー ひじきのサラダ 揚げ餃子	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、バター、ショートニング、油、ごま油	牛乳、ぎょうざ、豚もも肉、卵、ひじき	もやし、にんじん、たまねぎ、きゅうり、レーズン	カレーパウダー(アレルギーフリー)、しょうゆ、酢、ベーキングパウダー、食塩	ごはん	バナナ 牛乳 レーズンクッキー
11・25 (土)	鶏肉の旨煮 小松菜とツナの煮浸し みそ汁(玉ねぎ・わかめ)	米、じゃがいも、糸こんにゃく、砂糖、油	鶏もも肉、ベーコン(乳・卵・小麦不使用)、ツナ、いわし(煮干し)、わかめ	小松菜、たまねぎ、にんじん、エリンギ	白みそ、しょうゆ、ブイヨン(アレルギーフリー)	ごはん	ソフト塩せんべい 麦茶 ベーコンきのこごはん
13・27 (月)	磯辺フライドチキン 切り干し大根のナムル みそ汁(青梗菜・玉ねぎ)	米、小麦粉、砂糖、バター、油、ごま油	牛乳、鶏もも肉、卵、いわし(煮干し)、あおのり	チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ、みかんジュース、みかん缶、コーン、切り干しだいこん	白みそ、しょうゆ、酢、食塩、ベーキングパウダー、ナツメグ、こしょう	ごはん	小丸ちゃん 牛乳 みかんケーキ
14 (火)	ポークビーンズ オクラのおかか和え みそ汁(油揚げ・もやし)	米、今川焼(カスタード)、じゃがいも、砂糖、油	牛乳、豚肉(ばら)、大豆、ちくわ(卵・乳・小麦不使用)、油揚げ、いわし(煮干し)、削り節	たまねぎ、にんじん、きゅうり、オクラ、もやし	白みそ、しょうゆ	ごはん	乳酸菌飲料 牛乳 今川焼(カスタード)
16 (木)	中華風ローストチキン 野菜のごまよごし みそ汁(大根・万能ねぎ)	米、カルテツゴフレット、じゃがいもおかき、砂糖、ごま油	飲むヨーグルト(プレーン)、鶏もも肉、いわし(煮干し)、白すりごま、白いりごま	小松菜、大根、たまねぎ、にんじん、かぶ、万能ねぎ、しょうが、にんにく	白みそ、しょうゆ、みりん	ごはん	花せんべい 飲むヨーグルト(プレーン) カルテツゴフレット じゃがいもおかき
28 (火)	ポークビーンズ オクラのおかか和え みそ汁(油揚げ・もやし)	米、じゃがいも、小麦粉、油、砂糖	豚肉(ばら)、卵、木綿豆腐、大豆、ちくわ(卵・乳・小麦不使用)、油揚げ、いわし(煮干し)、削り節、あおのり	キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、オクラ、もやし、コーン	白みそ、中濃ソース、しょうゆ、ケチャップ、食塩	ごはん	乳酸菌飲料 麦茶 お好み焼き
29 (水)	さわらの照り焼き 高野豆腐の煮物 大根とベーコンのスープ	米、焼きドーナツ(ほうれん草)、板こんにゃく、砂糖、油	牛乳、さわら、鶏もも肉(小間)、ベーコン(乳・卵・小麦不使用)、高野豆腐、かつお節(だし)	大根、たけのこ、ごぼう、にんじん、しめじ、さやえんどう、干しいたけ	しょうゆ、みりん、食塩、こしょう	ごはん	鈴せんべい 牛乳 焼きドーナツ(ほうれん草)
30 (木)	豚肉と春雨の野菜炒め キャベツのりサラダ みそ汁(じゃが芋・万能ねぎ)	米、じゃがいも、国産マスカットゼリー、国産あまおうゼリー、春雨、砂糖、油、ごま油	豚小間肉、いわし(煮干し)、白いりごま、焼のり	キャベツ、パイン缶、みかん缶、たまねぎ、黄桃缶、ほうれん草、にんじん、万能ねぎ、しょうが	白みそ、しょうゆ、酢、食塩	ごはん	ミニぼんござかな 麦茶 フルーツカクテル

◎都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

♪は新メニューです。

6月の食材
アジ、きゅうり、じゃが芋、メロン



4～10日は「歯と口の健康週間」です。

歯みがきも大切ですが、食べものをよく噛んで唾液を出すことも、虫歯の予防につながります!

気温、湿度が高くなってきました。食中毒が発生しやすい時期です。

食事の前、トイレの後などには、必ず手をしっかり洗い、食中毒を予防しましょう。



3歳未満児 500キロカロリー
たんぱく質20.6g 脂質15.6g
食塩2.0g
3歳以上児 539キロカロリー
たんぱく質22.7g 脂質16.5g
食塩2.2g