令和５年６月分　献立予定表

堅田保育園
堅田第二保育園

日	曜日	献立名（朝のおやつ／昼食／昼のおやつ）	血や肉をつくるもの	力や体温となるもの	体の調子をよくするもの
1	木	チーズ・牛乳 炊き込みご飯 けんちん汁 バナナ お菓子・牛乳	チーズ　牛乳 油揚げ　シーチキン缶 豚肉　豆腐 焼き竹輪 牛乳	米　こんにゃく 油	ごぼう　竹の子　人参 たくあん　土生姜　大根 ねぎ　バナナ
2	金	せんべい・お茶 チキンカレーライス 牛乳 フルーツポンチ お菓子・ジョアマスカット	鶏肉　牛乳 ジョアマスカット	せんべい 米　じゃが芋 油　バター カレー粉　小麦粉	人参　玉ねぎ 福神漬け　リンゴ パイン缶　みかん缶　桃缶
5	月	クラッカー・牛乳 三色ご飯 豆腐と油揚げとワカメの味噌汁 バナナ お菓子・ミルクココア	牛乳 鶏ミンチ　卵 豆腐　油揚げ ワカメ　味噌 ミルクココア	クラッカー 米　油 ごま　砂糖	ほうれん草　ねぎ バナナ
6	火	鉄カルウエハース・お茶 五目ラーメン チーズ バナナ ピザトースト・牛乳	豚肉　チーズ 牛乳	鉄カルウエハース 中華めん　ごま油 ピザトースト	竹の子　人参 ねぎ　もやし 干し椎茸　バナナ
7	水	クラッカー・牛乳 ワカメご飯　あじの竜田揚げ ポテトサラダ　パイン缶 大根と豆腐とワカメの味噌汁 お菓子・牛乳	牛乳 あじ　ハム 豆腐　ワカメ 炊き込みワカメ　味噌 牛乳	クラッカー 米　片栗粉 油　じゃが芋 マヨネーズ	土生姜　きゅうり 人参　コーン缶 大根　ねぎ　パイン缶
8	木	チーズ・牛乳 メンチカツパン フライドポテト　パイン缶 オニオンベーコンスープ お菓子・牛乳	チーズ　牛乳 メンチカツ　ベーコン 牛乳	バターロール　油 マヨネーズ　フライドポテト	キャベツ　玉ねぎ 人参　コーン缶 パイン缶
9	金	せんべい・お茶 ゆかりご飯　鶏肉のごまみそ焼き パスタサラダ　バナナ 玉ねぎと油揚げとワカメの味噌汁 お菓子・牛乳	鶏肉　味噌 シーチキン缶　ワカメ 油揚げ 牛乳	せんべい 米　砂糖 ごま　スパゲティー マヨネーズ	人参　きゅうり コーン缶　玉ねぎ ねぎ　バナナ
12	月	クラッカー・牛乳 鮭ちらし寿司 春雨スープ オレンジ お菓子・牛乳	牛乳 鮭フレーク　油揚げ 凍り豆腐　卵 ベーコン　豆腐　ワカメ 牛乳	クラッカー 米　砂糖 油　春雨	人参　干し椎茸 いんげん　オレンジ
13	火	鉄カルウエハース・お茶 クリームスパゲティー チーズ バナナ ゆでとうもろこし・牛乳	ベーコン　スキムミルク チーズ 牛乳	鉄カルウエハース スパゲティー　じゃが芋 油　バター 小麦粉	玉ねぎ　人参 コーン缶　バナナ ゆでとうもろこし
14	水	クラッカー・牛乳 ご飯　さわらのみそ照り焼き 厚揚げと豚肉の煮物　バナナ もやしと人参とワカメの味噌汁 お菓子・牛乳	牛乳 さわら　味噌 厚揚げ　豚肉 ワカメ 牛乳	クラッカー 米　砂糖 油	土生姜　玉ねぎ もやし　人参 ねぎ　バナナ
15	木	チーズ・お茶 クロワッサン　タンドリーチキン ナポリタン　ゆでブロッコリー 牛乳　ゼリー お菓子・お茶	チーズ 鶏肉　ベーコン 牛乳	クロワッサン　カレー粉 スパゲティー　マヨネーズ	土生姜　ケチャップ 玉ねぎ　人参　ピーマン ブロッコリー　ゼリー

日	曜日	献立名（朝のおやつ／昼食／昼のおやつ）	血や肉をつくるもの	力や体温となるもの	体の調子をよくするもの
16	金	せんべい・牛乳 いり卵のドライカレー 豆腐とえのきとワカメのスープ パイン缶 お菓子・ジョアプレーン	牛乳 豚ミンチ　卵 豆腐　ワカメ ジョアプレーン	せんべい 米　バター カレー粉　砂糖	玉ねぎ　人参　ピーマン たくあん　ケチャップ えのき　ねぎ　パイン缶
19	月	クラッカー・牛乳 豚丼 しめじと油揚げとワカメの味噌汁 バナナ お菓子・ミルクココア	牛乳 豚肉　油揚げ ワカメ　味噌 ミルクココア	クラッカー 米　砂糖 油	玉ねぎ　人参 いんげん　たくあん しめじ　ねぎ　バナナ
20	火	鉄カルウエハース・牛乳 かやくうどん チーズ バナナ ミルキートースト・牛乳	牛乳 卵　鶏肉 油揚げ　焼き竹輪 パンダ蒲鉾　チーズ 牛乳	鉄カルウエハース うどん　油 砂糖 ミルキートースト	人参　干し椎茸 ねぎ　バナナ
21	水	クラッカー・お茶 ハヤシライス 牛乳 オレンジ お菓子・ヤクルト	牛肉　牛乳 ヤクルト	クラッカー 米　油 じゃが芋　バター 小麦粉　砂糖	玉ねぎ　人参　カットトマト いんげん　福神漬け ケチャップ　オレンジ
22	木	チーズ・お茶 ロールサンド フライドポテト 牛乳　パイン缶 お菓子・お茶	チーズ ウインナー　卵 牛乳	バターロール　バター マヨネーズ　フライドポテト 油	きゅうり　パイン缶
23	金	せんべい・牛乳 ゆかりご飯　松風焼き カミカミサラダ 豆腐のすまし汁　ゼリー 鉄カルウエハース・牛乳	牛乳 鶏ミンチ　豚ミンチ 卵　味噌　ワカメ シーチキン缶　豆腐 牛乳	せんべい 米　パン粉 砂糖　ごま ごま油 鉄カルウエハース	玉ねぎ　人参 キャベツ　きゅうり ねぎ　ゼリー
26	月	クラッカー・牛乳 ひじきご飯 豚汁 バナナ お菓子・牛乳	牛乳 鶏肉　ひじき 油揚げ　豚肉 豆腐　焼き竹輪　味噌 牛乳	クラッカー 米　油 砂糖	人参　いんげん たくあん　土生姜　大根 ごぼう　ねぎ　バナナ
27	火	鉄カルウエハース・お茶 肉みそスパゲティー 野菜スープ バナナ おにぎり（炊き込みワカメ）・牛乳	豚ミンチ　赤味噌 ベーコン 牛乳	鉄カルウエハース スパゲティー　砂糖 片栗粉　バター 油 おにぎり（炊き込みワカメ）	もやし　人参 玉ねぎ　キャベツ バナナ
28	水	クラッカー・牛乳 親子丼 五目味噌汁 オレンジ お菓子・牛乳	牛乳 鶏肉　卵 油揚げ　味噌 牛乳	クラッカー 米　油 砂糖　さつま芋	玉ねぎ　人参 ねぎ　たくあん 大根　白菜　オレンジ
29	木	チーズ・お茶 焼きそばパン オニオンベーコンスープ パイン缶 お菓子・牛乳	チーズ 豚肉　ベーコン 牛乳	バターロール　焼きそば麺 フライドポテト　油	人参　キャベツ ニラ　玉ねぎ コーン缶　パイン缶
30	金	せんべい・牛乳 ふりかけご飯　肉じゃが ブロッコリーの白和え　ゼリー 油揚げとえのきとワカメの味噌汁 お菓子・ジョアストロベリー	牛乳 豚肉　豆腐 ワカメ　油揚げ 味噌 ジョアストロベリー	せんべい 米　じゃが芋 油　砂糖 ごま	玉ねぎ　人参 いんげん　ブロッコリー えのき　ねぎ　ゼリー

＊乳児に関しては、とりわけ離乳食を提供しています。とりわけ離乳食とは、幼児食から調理前にとりわけ、味は薄めで、小さくやわらかめに水分やとろみづけをし、食べやすくした食事です。
＊アトピー・食物アレルギー等の園児には、除去食を提供しています。
＊都合により、献立が変わる場合があります。
＊朝のおやつは、3歳未満児のみです。