6月行事・献立予定

令和4年度

あさひ保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材(おやつ、調味料、米は除く)	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	水	衣替え	白身魚の磯風味揚げ キャベツの味噌ドレッシングサラダ そうめんのすまし汁 パナナ	赤魚 卵 青のり キャベツ 人参 きゅうり コーン そうめん わかめ 人参 ねぎ パナナ	牛乳 米菓子	牛乳 フランスパン せんべい
2	木		マカロニグラタン ゆでブロッコリー キャベツのコンソメスープ バイン	鶏肉 マカロニ ほうれん草 玉ねぎ 人参 バター チーズ ミルク ブロッコリー キャベツ 玉ねぎ 人参 ベーコン バイン	牛乳 ポーロ	ちまき 未満児ビスケット
3	金	布団持ち帰り	かみかみ揚げ かにかまぼこの酢の物 えのきのすまし汁 グレープフルーツ	えび 玉ねぎ さつま芋 人参 大豆 パセリ 竹輪 パセリ ひじき 卵 かにかまぼこ 人参 春雨 キャベツ もやし ごま えのき わかめ 生揚げ グレープフルーツ	オレンジゼリー	牛乳 カナッパ
4	土				牛乳 せんべい	
6	月	生活安全・労働の日	スパゲティーナポリタン キャベツのドレッシングサラダ 野菜のコンソメスープ グレープフルーツ	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ 人参 パセリ キャベツ きゅうり ブロッコリー 玉ねぎ 人参 ベーコン ほうれん草 グレープフルーツ	豆乳 米菓子	おにぎり
7	火	参観日週間(りす組)	野菜たっぷりハヤシライス ブロッコリーサラダ オレンジ	玉ねぎ 人参 牛肉 しめじ じゃが芋 コーン パセリ ブロッコリー 人参 レタス きゅうり オレンジ	飲むヨーグルト	牛乳 メロンパン
8	水	(そう・きりん組) 運動教室	白身魚のフライ コールスローサラダ 小松菜の味噌汁 グレープフルーツ	おひょう 卵 きゅうり レタス 人参 ハム コーン キャベツ 油揚げ 小松菜 玉ねぎ 人参 グレープフルーツ	牛乳 クッキー	ヨーグルト ウエハース
9	木	(うさぎ組)	焼き豆腐と春雨のすき焼き風煮 ほうれん草のおひたし きのこの味噌汁 パナナ	焼き豆腐 春雨 人参 ねぎ 牛肉 ほうれん草 もやし ごま えのき しめじ わかめ パナナ	牛乳 塩煎餅	牛乳 蒸しパン
10	金	(ぼんだ組) 布団持ち帰り	コロッケ グリーンサラダ 豆腐のみそ汁 オレンジ	じゃが芋 さつま芋 豚肉 玉ねぎ 卵 キャベツ きゅうり レタス コーン 豆腐 人参 わかめ 玉ねぎ オレンジ	牛乳 サンドビスケット	牛乳 甘辛煎餅
11	土				牛乳 クラッカー	
13	月		ラーメン ブロッコリーサラダ ウインナー パナナ	中華めん 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 ねぎ ブロッコリー きゅうり ハム コーン ウインナー バイン	牛乳 スティックパン	プリン
14	火		旬の野菜の黒酢煮 ブロッコリーのおかか和え 小魚の佃煮 かきたま汁 オレンジ	鶏肉 いんげん ごぼう 人参 ブロッコリー かつお節 小魚 ごま 玉ねぎ 人参 ほうれん草 卵 オレンジ	牛乳 黒糖ロールパン	豆乳 ヨーグルトゼリー
15	水		五目野菜つくね きゅうりのほりほり キャベツの味噌汁 パナナ	鶏肉 玉ねぎ 人参 ごぼう れんこん いんげん ねぎ 生姜 きゅうり ごま キャベツ わかめ 玉ねぎ パナナ	牛乳 オレンジ	牛乳 ココアラスク
16	木	歯科健診 おはなしの森	揚げ餃子 中華和え わかめの中華スープ オレンジ	餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 きゅうり 人参 もやし ハム 春雨 もずく 玉ねぎ 人参 わかめ オレンジ	牛乳 煎餅	牛乳 ジャムサンド
17	金	食育の日 布団持ち帰り	★白身魚のシュンユイ さつま揚げといんげんの煮物 ほうれん草のすまし汁 パナナ	赤魚 生姜 ねぎ さつま揚げ 人参 いんげん ほうれん草 えのき 玉ねぎ パナナ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 ★カルシウムパン
18	土				牛乳 甘辛せんべい	
20	月		親子うどん きんぴらごぼう ウインナー オレンジ	うどん 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 かまぼこ ねぎ ごぼう ビーマン 人参 こんにゃく ひじき ごま ウインナー オレンジ	牛乳 パナナ	牛乳 せんべい
21	火	誕生会	おめでとウランチ	鶏肉 玉ねぎ 人参 グリンピース バター スパゲティ にんにく パセリ えび じゃが芋 レタス きゅうり 人参 すいか	ヨーグルト	フルーツパフェ
22	水	歯磨き・栄養教室	キャベツと豚肉の味噌炒め フライドごぼう 豆腐スープ バイン	キャベツ 豚肉 パプリカ ねぎ にんにく 生姜 ごぼう 豆腐 さやえんどう ねぎ バイン	牛乳 ビスケット	牛乳 フレンチトースト
23	木	避難訓練	チーズハンバーグ ブロッコリーのドレッシングサラダ 野菜のコンソメスープ オレンジ	牛肉 豚肉 玉ねぎ チーズ 牛乳 卵 ブロッコリー 人参 玉ねぎ 人参 ベーコン コーン オレンジ	牛乳 野菜かりんとう	牛乳 マカロニあべかわ
24	金	布団持ち帰り	鶏肉のかりん揚げ 磯ポテト 旬のナムル オクラの味噌汁 バイン	鶏肉 生姜 ごま じゃが芋 青のり もやし きゅうり アスパラ 人参 豆腐 オクラ バイン	牛乳 豆乳クッキー	豆乳 バインチーズ クラッカー
25	土				牛乳 サブレ	
27	月		ジャージャー麺風パスタ ポイルブロッコリー 冬瓜スープ すいか	スパゲティ 豚肉 生姜 にんにく 椎茸 玉ねぎ ねぎ ごま ブロッコリー 冬瓜 ねぎ わかめ すいか	牛乳 ボン菓子	フルーツヨーグルト
28	火		鯖の竜田揚げ たくあんサラダ 豆腐のすまし汁 バイン	鯖 生姜 いか たくあん 人参 きゅうり キャベツ 豆腐 玉ねぎ ほうれん草 人参 バイン	豆乳 クラッカー	牛乳 米菓子
29	水		肉じゃが 焼きししゃも スティックきゅうり なめこ汁 すいか	牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 こんにゃく いんげん ししゃも きゅうり 豆腐 なめこ ねぎ すいか	飲むヨーグルト	牛乳 メイプルサブレ
30	木	プール開き	揚げ鶏のレモン風味 切り干し大根の煮物 きゅうり漬け 麩のみそ汁 オレンジ	鶏肉 レモン 切干大根 人参 さつま揚げ しいたけ さやいんげん きゅうり 昆布 玉ねぎ 人参 小松菜 花魁 オレンジ	牛乳 ソフト煎餅	牛乳 クリームサンド

おめでとウランチ…チキンライス エビフライ フライドポテト レタスサラダ スパソテー すいか

食育の日のサンプル展示は5歳児です。 5歳児の主食(ご飯)の量は120gです。

今月の果物はバナナ バイン オレンジ グレープフルーツ などを予定しています。

都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★印は新メニューです。