

6月行事・献立予定

令和6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 土				牛乳 センべい	
3 月	衣替え ちまき作り 内科健診	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	ちまき
4 火		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 センべい	おにぎり
5 水		揚げ鶏のレモン風味 切り干し大根の煮物 きゅうり漬 麩の味噌汁 オレンジ	鶏肉 レモン 切り干し大根 人参 さつま揚げ しいたけ きゅうり 昆布 玉ねぎ 人参 小松菜 花麩 オレンジ	牛乳 ソフトせんべい	牛乳 クリームサンド
6 木	年長児交流会	野菜たっぷりハヤシライス ブロックリーサラダ パイ	玉ねぎ 人参 牛肉 しめじ じゃが芋 コーン パセリ ブロックリー 人参 レタス きゅうり パイ	飲むヨーグルト	牛乳 メロンパン
7 金		白身魚のフライ コーンスローサラダ 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 小松菜 油揚げ 玉ねぎ 人参 グレープフルーツ	牛乳 クッキー	ぶどうゼリー
8 土				牛乳 クラッカー	
10 月	学校ごっこ	スパゲティナーポリタン 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 ブロックリー 玉ねぎ 人参 ベーコン ほうれん草 グレープフルーツ	豆乳 あられ	牛乳 蒸しパン
11 火		コロック グリーンサラダ 豆腐の味噌汁 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
12 水		筑前煮 ブロックリーのおかか和え 小魚の佃煮 かき玉汁 パナナ	鶏肉 いんげん ごぼう 人参 れんこん しいたけ ブロックリー かつお節 小魚 ごま 玉ねぎ 人参 ほうれん草 卵 パナナ	オレンジゼリー	牛乳 カナッペ
13 木		かき揚げ かにかまぼこの酢の物 えのきのすまし汁 オレンジ	玉ねぎ ごぼう さつま芋 人参 春菊 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 オレンジ	牛乳 黒糖ロールパン	プリン
14 金	サッカー教室	五目野菜つくね きゅうりのほりほり チーズ ほうれん草のすまし汁 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 チーズ ほうれん草 えのき 玉ねぎ パナナ	牛乳 オレンジ	牛乳 ココアラスク
15 土				牛乳 甘せんべい	
17 月		ラーメン ウインナー 野菜のなめたけあえ グレープフルーツ	中華めん 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 ねぎ ウインナー キャベツ 人参 えのき グレープフルーツ	牛乳 スティックパン	フルーツヨーグルト
18 火		白身魚のシュンユイ さつま揚げといんげんの煮物 キャベツの味噌汁 パナナ	赤魚 生姜 ねぎ さつま揚げ 人参 いんげん キャベツ わかめ 玉ねぎ パナナ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 カルシウムパン
19 水	食育の日	★ビビンバ しゅうまい わかめスープ オレンジ	豚肉 焼肉のたれ ほうれん草 人参 もやし ごま 玉ねぎ 人参 春雨 にんにく 生姜 しゅうまいの皮 豚肉 わかめ ねぎ ごま オレンジ	牛乳 煎餅	牛乳 ★ほうれん草の蒸しパン
20 木	歯科検診	キャベツと豚肉の味噌炒め フライドごぼう 豆腐スープ パナナ	キャベツ 豚肉 パプリカ ねぎ にんにく 生姜 ごぼう 豆腐 小松菜 ねぎ パナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 フレンチトースト
21 金	歯磨き・栄養教室	チーズハンバーグ ブロック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 ブロックリー 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
22 土				牛乳 サブレ	
24 月	避難訓練	ジャージャー麺風パスタ ポイルブロックリー 冬瓜スープ オレンジ	スパゲティ 豚肉 生姜 にんにく 椎茸 玉ねぎ ねぎ ごま ブロックリー 冬瓜 ねぎ わかめ オレンジ	牛乳 ボン菓子	キャロットゼリー
25 火	お楽しみ会	おめでとうランチ	鶏肉 玉ねぎ 人参 グリンピース バター えび じゃが芋 レタス きゅうり 人参 パイ	ヨーグルト	クレープ
26 水		揚げ餃子 中華和え わかめの中華スープ パナナ	豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 ぎょうざの皮 きゅうり 人参 もやし ハム 春雨 もずく 玉ねぎ 人参 わかめ パナナ	牛乳 煎餅	牛乳 ジャムサンド
27 木	プール開き	鯖の竜田揚げ たくあんサラダ 豆腐のすまし汁 パイン	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 パイン	豆乳 クラッカー	牛乳 米菓子
28 金		肉じゃが 焼きししゃも スティックきゅうり なめこ汁 パナナ	牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 いんげん ししゃも きゅうり 豆腐 なめこ ねぎ パナナ	飲むヨーグルト	牛乳 メイプルサブレ
29 土				牛乳 クラッカー	

おめでとうランチ…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 パイン

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。

今月の果物はパナナ パイン 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。