

第一保育所 6月献立

| 日 | 曜日 | 午前おやつ | | 午後おやつ | | 主な食材 | kcal | 塩分 | | |
|----|----|---|------------|-----------------------------------|---------|------------|--|----|-----|-----|
| | | 離乳 | 乳児 | 離乳 | 乳児 | | | | | |
| 1 | 土 | おかし | おかし | ごはん、ふりかけ、コロック、キャベツのカレマヨ和え、オニオンスープ | おかし | おかし | 米//ふりかけ//コロック//キャベツ、人参、コーン、ツナ、マヨネーズ、カレー粉//玉葱、人参、パセリ | 牛乳 | 478 | 1.4 |
| 3 | 月 | ハイハイ | ぱりんこ | ツナピラフ、ごぼうサラダ、わかめスープ | 魚スナック | ホットケーキ | 米、ツナ、コーン、玉葱、人参、グリーンピース//ごぼう、人参、胡瓜、マヨネーズ//えのき、わかめ、葱、なると//ホットケーキミックス、卵、牛乳、ケーキシロップ | 牛乳 | 516 | 1.6 |
| 4 | 火 | ひじきせんべい | おととつ | 野菜ラーメン、ミートボール、フルーツ | 野菜スナック | 雪の宿 | 中華麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、コーン、葱//ミートボール//みかん缶、パイン缶 | 牛乳 | 478 | 2.5 |
| 5 | 水 | おこめせんべい | カルシウムせんべい | ごはん、ふりかけ、鯖のみそ焼き、ナムル、けんちん汁 | ベビーダノン | カルピス寒天 | 米//ふりかけ//鯖//ほうれん草、人参、もやし//さつま揚げ、豆腐、人参、ごぼう、大根、葱//カルピス、寒天 | 牛乳 | 465 | 1.3 |
| 6 | 木 | 魚せんべい | ハッピーターン | 野菜たっぷりカレー、フライドポテト、フルーツヨーグルト | ひじきせんべい | ビスコ | 米、鶏肉、ピーマン、南瓜、玉葱、人参、コーン、カレー粉//フライドポテト//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト | 牛乳 | 538 | 1.2 |
| 7 | 金 | ハイハイ野菜 | さやえんどうスナック | ごはん、麻婆豆腐、パンサンスー、中華コーンスープ | バナナ | 豆腐黄桃ケーキ | 米//豆腐、豚ミンチ、玉葱、葱、しいたけ//春雨、胡瓜、ハム//玉葱、コーンクリーム缶、卵//ホットケーキミックス、豆腐、黄桃缶、マーガリン(植物性) | 牛乳 | 541 | 1.4 |
| 8 | 土 | おかし | おかし | お好み焼き、粉ふき芋、スープ | おかし | おかし | キャベツ、葱、豚肉、卵、小麦粉、青のり、かつお節、お好み焼きソース、マヨネーズ//じゃが芋、パセリ//玉葱、人参、コーン | 牛乳 | 461 | 1.2 |
| 10 | 月 | ハイハイ | 星たべよ | ごはん、ふりかけ、南瓜コロック、ほうれん草のお浸し、味噌汁 | ベビーダノン | フルーチェ | ごはん//ふりかけ//南瓜コロック//ほうれん草、えのき、人参//麩、わかめ、葱//フルーチェの素、牛乳 | 牛乳 | 476 | 2.0 |
| 11 | 火 | ひじきせんべい | おととつ | わかめうどん、じゃが芋の金平、フルーツ | 魚スナック | ムーンライトクッキー | うどん、鶏肉、わかめ、葱、なると//じゃが芋、人参、さつま揚げ、いんげん//黄桃缶、みかん缶 | 牛乳 | 445 | 2.2 |
| 12 | 水 | おこめせんべい | 白い風船 | ごはん、ふりかけ、魚のケチャップあん、スパゲティサラダ、吸物 | ハイハイ | りんご寒天 | 米//ふりかけ//カレイ、人参、玉葱、ケチャップ//スパゲティ、人参、胡瓜、コーン、マヨネーズ//えのき、麩、みつば//りんごジュース、寒天 | 牛乳 | 510 | 1.4 |
| 13 | 木 | 魚せんべい | ぼたぼた焼き | ごはん、鶏肉と野菜の味噌炒め、人参サラダ、吸物 | 野菜スナック | マリービスケット | 米//鶏肉、人参、玉葱、キャベツ、//人参、もやし、いんげん、ツナ、ドレッシング//えのき、葱、豆腐 | 牛乳 | 481 | 1.4 |
| 14 | 金 | ハイハイ野菜 | サッポロポテト | 菜飯、肉じゃが、胡瓜とわかめの酢の物、味噌汁 | さつま芋きな粉 | マカロニきな粉 | 米、菜飯の素//じゃが芋、豚肉、玉葱、人参、糸こんにゃく、グリーンピース//胡瓜、わかめ、かにかま、キャベツ、みかん缶//大根、葱、油揚げ//マカロニ、きな粉 | 牛乳 | 479 | 1.5 |
| 15 | 土 | おかし | おかし | そうめん、しらす入りスクランブルエッグ、フルーツ | おかし | おかし | そうめん、オクラ、なす、わかめ、さつま揚げ、葱//卵、しらす、玉葱、ミックスペジタブル、ケチャップ//バナナ | 牛乳 | 461 | 1.7 |
| 17 | 月 | ハイハイ | ぱりんこ | ごはん、ささみカツ、カニカマサラダ、味噌汁 | バナナ | バナナ | 米//ささみカツ//ブロッコリー、人参、カニカマ、マヨネーズ//小松菜、葱、切干大根 | 牛乳 | 480 | 1.7 |
| 18 | 火 | ひじきせんべい | おととつ | 焼きそば、チキンゲット、きのこスープ | 魚スナック | 雪の宿 | 中華麺、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン//チキンゲット、ケチャップ//しめじ、玉葱、青梗菜 | 牛乳 | 463 | 1.9 |
| 19 | 水 | おこめせんべい | カルシウムせんべい | ごはん、鱈のタルタル焼き、いんげんのごま和え、味噌汁 | ベビーダノン | プリン | 米//鱈、タルタルソース//いんげん、さつま揚げ、人参、ごま//玉葱、なす、油揚げ//プリンの素、牛乳、ケーキシロップ | 牛乳 | 503 | 1.4 |
| 20 | 木 | 魚せんべい | ハッピーターン | ごはん、ふりかけ、鶏の唐揚げ、コールスローサラダ、味噌汁 | 野菜スナック | ビスコ | 米//ふりかけ//鶏肉//キャベツ、胡瓜、人参、コーン、マヨネーズ//オクラ、豆腐、葱 | 牛乳 | 523 | 1.2 |
| 21 | 金 | ハイハイ野菜 | さやえんどうスナック | カレーライス、ブロッコリーとハムのサラダ、フルーツヨーグルト | さつま芋煮 | 麩ラスク | 米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレー粉//ブロッコリー、ハム、人参、ドレッシング//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト//麩、マーガリン(植物性) | 牛乳 | 539 | 1.3 |
| 22 | 土 | おかし | おかし | サラダうどん、ジャーマンポテト、フルーツ | おかし | おかし | うどん、キャベツ、コーン、胡瓜、ツナ//じゃが芋、ウインナー、玉葱//みかん缶 | 牛乳 | 439 | 1.7 |
| 24 | 月 | ハイハイ | 星たべよ | そばろ丼、ポテトサラダ、わかめスープ | ベビーダノン | イチゴミルク寒天 | 米、鶏ミンチ、玉葱、人参、グリーンピース//じゃが芋、ハム、ブロッコリー、人参、マヨネーズ//わかめ、玉葱、人参//イチゴミルク、寒天 | 牛乳 | 504 | 1.3 |
| 25 | 火 | ひじきせんべい | おととつ | パン、ハンバーグ、コンソメポテト、レタススープ | 魚スナック | マリービスケット | パン、ジャム//ハンバーグ、しめじ、玉葱、グリーンピース、ケチャップ//じゃが芋//レタス、玉葱、人参 | 牛乳 | 501 | 1.9 |
| 26 | 水 | おこめせんべい | 白い風船 | ごはん、ふりかけ、えび団子と野菜の煮物、マカロニサラダ、味噌汁 | メロン | メロン | 米//ふりかけ//えび団子、大根、人参、しいたけ、いんげん//マカロニ、ミックスペジタブル、ツナ、マヨネーズ//豆腐、葱、わかめ//メロン | 牛乳 | 494 | 2.2 |
| 27 | 木 | 魚せんべい | ぼたぼた焼き | 和風スパゲティ、甘酢みかんサラダ、スープ | 野菜スナック | ムーンライトクッキー | スパゲティ、玉葱、しめじ、ツナ//キャベツ、胡瓜、人参、みかん缶//玉葱、人参、チンゲン菜 | 牛乳 | 459 | 1.2 |
| 28 | 金 | ハイハイ野菜 | サッポロポテト | ごはん、豚肉の焼肉炒め、もやしサラダ、味噌汁 | じゃが芋煮 | ごま味噌じゃが芋餅 | 米//豚肉、キャベツ、玉葱、人参//もやし、胡瓜、人参、ツナ、ドレッシング//豆腐、葱、えのき//じゃが芋、ごま | 牛乳 | 543 | 1.8 |
| 29 | 土 |  七夕会  | | | | | | | | |

☆離乳については、個々に合わせた材料・調理方法に変更して提供いたします。
 ☆材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願い致します。
 ☆ホットケーキミックスは卵・乳なしのものを使用しています。
 ☆マヨネーズは特定原材料7品目・カレーは28品目 未使用のもので提供しています。

