

平成 28 年 6 月 献立予定表

平成 28 年 5 月 31 日 幼保連携型認定こども園 城山幼稚園

日曜	昼食	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	おやつ	エネルギー
1 水	ごはん 豚肉のしょうが焼き 野菜サラダ	豚肉 スキムミルク	白米 砂糖 ごま油 ミックス粉	人参 きゅうり キャベツ ケチャップ	ピザ蒸しパン	528
2 木	ごはん 魚のオーロラソース 豆腐サラダ	魚 スキムミルク 豆腐 かつお節	白米 マヨネーズ 砂糖 ごま油	ケチャップ 人参 きゅうり 大根 えだまめ	枝豆 おかかおにぎり	534
3 金	ごはん 鶏肉のカレー揚げ 野菜の中華サラダ 牛乳	鶏肉 牛乳 チーズ スキムミルク	白米 薄力粉 油 砂糖 ごま油 ごま じゃがいも マヨネーズ	にんにくしょうが 人参 きゅうり キャベツ	いももち	646
4 土	牛肉丼 野菜の甘酢和え	牛肉	砂糖 油 白米 片栗粉 菓子	人参 玉ねぎ 長ネギ 干椎茸 キャベツ きゅうり	お菓子	395
6 月	ごはん 豚肉のマーマレード煮 野菜とワカメの甘酢和え 牛乳	豚肉 牛乳 ワカメ	白米 砂糖 バター	マーマレード 玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり 大根 しめじ えのきたけ	きのこおにぎり	555
7 火	ごはん 魚のクラッカー揚げ かぼちゃのピーナツ和え	魚 卵 牛乳 おから スキムミルク	白米 クラッカー 薄力粉 油 ピーナツ マヨネーズ 砂糖 バター	かぼちゃ いんげん 玉ねぎ 人参	おからスコーン	667
8 水	ごはん ツナと豆腐の卵とじ 牛乳 野菜と果物のマヨネーズ和え	ツナ 卵 牛乳 豆腐 スキムミルク じゃこ	白米 砂糖 パン粉 ごま 薄力粉 バター マヨネーズ	玉ねぎ 小ねぎ 大根 しょうが きゅうり りんご 人参 長ネギ	ごまじゃこ クッキー	566
9 木	親子丼 もぐもぐゴンボー 1日先生	鶏肉 卵 かまぼこ じゃこ ハム	砂糖 油 白米 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 干椎茸 長ネギ ごぼう きゅうり 高菜	高菜おにぎり	536
10 金	雑穀米 鶏レバーの甘辛煮 カレービーフン 牛乳	鶏レバー かまぼこ 牛乳 ソーセージ スキムミルク	雑穀米 砂糖 油 ビーフン ミックス粉	人参 玉ねぎ キャベツ ピーマン	アメリカンドッグ	541
11 土	ごはん ししゃも 味噌汁 野菜の磯和え	ししゃも 味噌 のり	白米 砂糖 菓子	玉ねぎ なす 小ねぎ 人参 キャベツ もやし	お菓子	242
13 月	ごはん 松風焼き 野菜の中華和え 牛乳	鶏挽肉 卵 豆腐 青のり 牛乳 スキムミルク	白米 砂糖 油 ごま油 ごま バター 薄力粉	玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ パナナ	パナナケーキ	629
14 火	ごはん タンドリーチキン 和風サラダ	鶏肉 ヨーグルト 青のり かつお節	白米 砂糖 油 薄力粉 マヨネーズ	ケチャップ 人参 きゅうり キャベツ	お好み焼き	397
15 水	じゃこご飯 春雨スープ じゃがいものおかか煮	鶏肉 じゃこ ベーコン かつお節 油揚げ	白米 砂糖 油 春雨 ごま油 じゃがいも ごま	人参 いんげん 干椎茸 白菜 ねぎ	のり巻きおにぎり	497
16 木	ごはん 魚のマヨネーズ焼き 野菜のピーナツ和え 牛乳	魚 スキムミルク かつお節 チーズ 牛乳	白米 マヨネーズ 砂糖 白玉 粉	キャベツ 人参 もやし	もちもち チーズパン	600
17 金	麦ごはん 野菜の旨煮 薄焼き卵と春雨の甘酢和え	てんぷら 卵 牛乳 かつお節 スキムミルク	白米 麦 こんにやく 砂糖 春雨 ごま ごま油 油	人参 ごぼう いんげん れんこん きゅうり	おかかおにぎり	487
18 土	やきそば ポテトスープ	豚肉 ベーコン 青のり	中華めん 油 じゃがいも 菓子	人参 玉ねぎ キャベツ しょうが	お菓子	320
20 月	ごはん すき焼き 魚煮 野菜のピーナツ和え	牛肉 卵 チーズ	白米 春雨 砂糖 ピーナツ 薄力粉 マヨネーズ	玉ねぎ 白菜 人参 長ネギ キャベツ もやし ケチャップ ピーマン えのき	ピザ	517
21 火	ごはん 鶏肉のピーナツからめ 野菜のフレンチ和え 牛乳	鶏肉	白米 薄力粉 片栗粉 雑穀 ピーナツ 油 砂糖	にんにくしょうが 人参 玉ねぎ ピーマン キャベツ きゅうり 高菜	雑穀おにぎり	547
22 水	お弁当デー	チーズ	白玉粉 バター 砂糖	マーマレード	マーマレード ポンデケーキ	93
23 木	ごはん 魚のみそマヨネーズ焼き 野菜とワカメの甘酢和え	魚 味噌 じゃこ かつお節 さくらえび ワカメ のり	白米 マヨネーズ 砂糖	玉ねぎ 人参 きゅうり 大根	ふりかけおにぎり	535
24 金	ごはん 照り焼きチキン そうめんチャンプルー 牛乳	鶏肉 ハム かつお節 牛乳 スキムミルク 卵	白米 砂糖 そうめん 油 薄力粉 バター	にんにく 人参 にがうり 玉ねぎ	おからマフィン	626
25 土	ワカメご飯 たまごスープ じゃがいもの金平	かつお節 卵 ワカメ	白米 砂糖 油 コーン じゃがいも 菓子	人参 小ねぎ	お菓子	332
27 月	ごはん スパニッシュオムレツ 野菜のごま和え 牛乳	ベーコン 卵 チーズ 牛乳 スキムミルク じゃこ	白米 じゃがいも マヨネーズ 砂糖 ごま油	人参 バセリ キャベツ もやし いんげん 干椎茸	じゃこおにぎり	693
28 火	ごはん チキン南蛮 野菜スープ	鶏肉 牛乳 卵	白米 薄力粉 油 砂糖 片栗粉 マヨネーズ	玉ねぎ 乾パセリ 人参 キャベツ	プリン	644
29 水	ぶっかけうどん 納豆和え 牛乳	牛肉 納豆 牛乳 ワカメ スキムミルク きな粉	うどん 砂糖 油 薄力粉	長ネギ オクラ 大根 ほうれん草 キャベツ 人参	きなこクッキー	422
30 木	ごはん 魚の揚げおろし煮 野菜の塩昆布和え	魚 かつお節 えびハンバーグ	白米 砂糖	大根 小ねぎ きゅうり 塩昆布 キャベツ	えびハンバーグ おにぎり	408

※材料はすべて(昼食・おやつ)一緒に表示してあります。

●主な材料だけ表示してあります。

●献立及び材料は変更する場合があります。



5月に入ってランチが本格的に始まり、最初は慣れなかった新入園児のお友だちも徐々に園生活に慣れてきました。ランチの時、食べられない物やちょっと苦手な物があって食べないお友だちもいましたが、少しずつ食べて慣れてきているようです。おかわりもたくさんしてくれるお友だちもいますよ。



食事の前に、必ず手を洗いましょう！！

ジメジメとした梅雨の時期がやってきました。湿度の上昇するこの季節は、細菌類の繁殖期でもあります。特に食中毒には気を付けたいもの。まずはその防衛策として、手洗いから始めましょう。外から帰ったあと、トイレのあとの手洗いができているかお家でも気にかけて下さいね。つめの中に汚れがたまりやすいのでしっかり洗いましょう。



お知らせ

地震後に水質検査を再度行った結果『異常なし』とのことでしたのでお知らせします。