

令和元年 6月 献立表予定表

令和元年5月30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 土	ハヤシライス 野菜の梅サラダ	牛肉	白米 油 砂糖	玉ねぎ 人参 トマトピューレ グリーンピース 大根 きゅうり うめ	お菓子	399
3 月	麦ごはん 鶏肉のグリル みかんサラダ	鶏肉	白米 麦 マヨネーズ ごま 砂糖 ミックス粉	しめじ 玉ねぎ みかん 人参 キャベツ きゅうり	ちんすこう	587
4 火	ごはん 豚肉のしょうが焼き 野菜の塩昆布和え 牛乳	豚肉 かつお節 牛乳	白米 砂糖 バター ごま ごま油	玉ねぎ 人参 きゅうり 塩昆布 キャベツ	バナナ ケーキ	603
5 水	じゃこご飯 春雨スープ じゃがいもの煮物	鶏肉 じゃこ ベーコン かつお節	白米 砂糖 油 春雨 ごま油 じゃがいも	人参 なた豆 干椎茸 白菜 ねぎ しめじ	きのこ おにぎり	503
6 木	麦ごはん 鶏レバーの甘辛煮 炒めビーフン	鶏レバー かまぼこ 卵 とろけるチーズ	白米 麦 砂糖 油 ビーフン 薄力粉 マヨネーズ	キャベツ 人参 ピーマン 玉ねぎ ケチャップ えのき	ピザ	451
7 金	雑穀ごはん 魚のオーロラソース 野菜のフレンチ和え 牛乳	魚 油揚げ 牛乳 じゃこ さくらえび かつお節	白米 雑穀米 ごま マヨネーズ 砂糖	ケチャップ キャベツ きゅうり 人参 のり	ふりかけ おにぎり	609
8 土	スパゲティミートソース コンソメスープ	合挽肉	スパゲティ 油	人参 玉ねぎ キャベツ ケチャップ ピーマントマトピューレ えのき こねぎ	お菓子	264
10 月	ごはん タンドリーチキン 野菜とワカメの甘酢和え 牛乳	鶏肉 ヨーグルト 粉チーズ 牛乳	白米 砂糖 白玉粉 油	トマトケチャップ 人参 きゅうり 大根 わかめ	もちもち チーズパン	492
11 火	ごはん 照り焼きチキン 野菜の中華和え 共食デー ぞう	鶏肉 油揚げ	白米 砂糖 ごま 油 ごま	にんにく 人参 きゅうり キャベツ	きつね おにぎり	465
12 水	麦ごはん 肉じゃが 野菜のおかか和え 共食デー くま	合挽肉 かつお節 なた豆	白米 麦 じゃがいも 砂糖	人参 玉ねぎ キャベツ もやし	コーン 蒸しパン	291
13 木	ごはん 豆腐入り松風焼き 野菜のごま和え 共食デー ことり	鶏挽肉 みそ 木綿豆腐 かつお節	白米 砂糖 ごま 片栗粉 バター	玉ねぎ こねぎ キャベツ もやし 人参	おかか おにぎり	504
14 金	ごはん 魚のパン粉焼 野菜の磯和え 牛乳	魚 牛乳	白米 マヨネーズ 砂糖 油 パン粉	もやし のり パセリ 人参 キャベツ	ひじき おにぎり	605
15 土	牛肉丼 野菜スープ	牛肉	砂糖 油 白米	人参 玉ねぎ 長ネギ 干椎茸 えのき キャベツ こねぎ	お菓子	363
17 月	ごはん すき焼き風煮 大根の和風サラダ 牛乳	牛肉 かつお節 牛乳	春雨 砂糖 油 白米	玉ねぎ 白菜 人参 長ネギ のり	のり巻き おにぎり	539
18 火	お楽しみメニュー		白米 コーン缶		コーン おにぎり	142
19 水	お弁当デー	卵 おから	薄力粉 バター 砂糖		おから スコーン	213
20 木	麦ごはん チキンカツ たくあんサラダ 牛乳	ささみ 卵 じゃこ 牛乳	白米 麦 薄力粉 パン粉 油 砂糖 バター ごま	人参 きゅうり キャベツ たくあん	ごまじゃこ クッキー	582
21 金	雑穀ごはん 魚の照り焼き 春雨サラダ	魚 じゃこ かつお節 さくらえび	白米 雑穀米 砂糖 油 春雨 コーン	にんにく きゅうり 人参 のり	マカロニ ココア	400
22 土	ごはん 鶏マヨ 野菜の甘酢和え	鶏肉	白米 薄力粉 油 砂糖 マヨネーズ 片栗粉	人参 玉ねぎ トマトケチャップ ピーマン キャベツ きゅうり	お菓子	509
24 月	ごはん 鶏肉のカレー揚げ 野菜のじゃこ和え	鶏肉 じゃこ 卵	白米 薄力粉 油 砂糖 ミックス粉	にんにく 生姜 ほうれん草 人参 キャベツ	キャロット ケーキ	485
25 火	ごはん 豚肉のマーレード煮 野菜サラダ 牛乳	豚肉 かつお節 牛乳	白米 ごま 砂糖 油	マーレード 玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり キャベツ 小松菜	青菜 おにぎり	571
26 水	麦ごはん 野菜の旨煮 薄焼き卵と春雨の甘酢和え	なた豆 てんぷら 卵 かつお節	白米 麦 こんにゃく 春雨ごま ごま油 薄力粉	人参 ごぼう れんこん きゅうり キャベツ 青のり	お好み焼き	387
27 木	ごはん スペニッシュオムレツ 青菜とコーンのごま和え 牛乳	ベーコン 卵 牛乳 とろけるチーズ	白米 じゃがいも ごま コーン缶 バター 薄力粉	人参 パセリ キャベツ ほうれん草 りんご	アップル ケーキ	659
28 金	ごはん 魚のみそマヨネーズ焼き もやしときゅうりの中華サラダ	魚 味噌	白米 マヨネーズ コーン缶ごま油 ごま	人参 きゅうり もやし 塩昆布	塩昆布 おにぎり	521
29 土	やきうどん ポテトスープ	豚肉 ベーコン	油 うどん じゃがいも	人参 玉ねぎ キャベツ 生姜 青のり	お菓子	323

※材料はすべて(昼食・おやつ)一緒に表示してあります。
●主な食材だけ表示してあります。 ●献立及び食材は変更する場合があります。



今年もやります！！「共食デー」

みんなで食事を共にすることで、子どもたちはたくさん
さんの事を学びます。食事のマナーだけではなく
たくさん食べようとする意欲が生まれたり好き嫌いが
なくなったり、さらにいろんな年齢の人たちと食
べることは、協調性や社会性を養う上でとても
重要なことです。家族の生活のリズムの違いから
子どもたちの「個食」や「孤食」が問題視されてい
る時代だからこそ当園ではこの「共食」ということ
を行なっています。



お楽しみメニューとは・・・

今年度もゆりぐみさんがメニュー作りに挑
戦します！！月に一度「お楽しみメ
ニュー」という日を設けて、その日のメ
ニューをゆりぐみのお友だち数名が話し
合って決めてランチで食べてもらうという
取り組みです！メニューを考えていくう
で、料理の組み合わせ、色合い、旬の食
材を知ったり、ランチへの興味や食への関心
が深まればと思います。
今月の「お楽しみメニュー」が何かはお楽
しみに！！

玉ねぎを頂きました！
地域の農業委員会の方から
たくさん「玉ねぎ」を頂きました。

ありがとうございます☆

