

2022年

6月

給食献立表

くりくま保育園

		給食	材料	うさぎ～そうぐみ おやつ (材料)	ひよこ～りすぐみ おやつ (材料)
1	水	ごはん 豚肉と春雨の炒め物 なすのかか煮	白米 豚肉 玉葱 人参 チンゲン菜 春雨 塩 コショウ 醤油 菜種油 なす 花かつお 削り節 醤油 みりん	牛乳 手作りパン (薄力粉 イースト 塩 砂糖 菜種油)	蒸しじゃが (じゃが芋 塩) ミニトマト
2	木	ごはん 鮭のマリネ 青菜のお浸し	白米 鮭 玉葱 トマト 削り節 酢 砂糖 醤油 塩 片栗粉 菜種油 小松菜 もやし しめじ 油揚げ 削り節 醤油	牛乳 ベジタブルせんべい 季節のみかん	かぼちゃ団子 (かぼちゃ 上新粉) 季節のみかん
3	金	17 冷やしうどん さつまいもの昆布煮	うどん 豚肉 油揚げ 干し椎茸 胡瓜 トマト オクラ 削り節 砂糖 醤油 みりん さつまいも 刻み昆布 削り節 醤油 みりん	お茶 おにぎり (白米 かつお節 醤油 焼きのり) 返りちりめん	アップルポテト (りんご さつまいも) さくっとあられ
4	土	18 ごはん 鶏じゃが シルバーサラダ	白米 鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 つきこん 絹さや 削り節 砂糖 醤油 みりん 春雨 胡瓜 キャベツ トマト 塩 コショウ 砂糖 酢 オリーブ油	牛乳 おとうふ屋さんのビスケット ミニゼリー	むらさき芋せんべい 季節のみかん
6	月	20 ごはん いさぎの塩焼き 添え野菜 じゃが芋のきんぴら	白米 いさぎ 塩 キャベツ 三度豆 じゃが芋 人参 ビーマン 砂糖 醤油 みりん 菜種油	牛乳 きらず揚げ ヨーグルト	長芋のお焼き (長芋 キャベツ 片栗粉 塩 菜種油) 干しブルー
7	火	21 ごはん 麻婆豆腐 千切り大根の甘酢漬	白米 牛肉 豆腐 玉葱 人参 にんにく 土生姜 青葱 砂糖 醤油 味噌 片栗粉 菜種油 千切大根 砂糖 醤油 酢	牛乳 芋かりんとう すいか	蒸し芋 (さつまいも) すいか
8	水	22 ごはん かみなり揚げ 野菜の炊き合わせ	白米 豆腐 鶏ミンチ 卵 干し椎茸 玉葱 青葱 塩 コショウ 醤油 菜種油 かぼちゃ 玉葱 人参 絹さや 茄子 厚揚げ 削り節 砂糖 醤油 みりん	牛乳 マカロニきな粉 (マカロニ きな粉 砂糖 塩) かみかみ昆布	青菜おにぎり (白米 青菜 塩) 干しブルー
9	木	23 ごはん ポークビーンズ オクラの土佐和え	白米 豚肉 大豆 じゃが芋 人参 玉葱 マッシュルーム 三度豆 バター トマトピューレ 砂糖 醤油 塩 コショウ オクラ もやし えのき 花かつお 醤油	牛乳 玄米ほんぼー りんごゼリー (りんごジュース 寒天 砂糖)	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) りんご寒天 (りんご 寒天)
10	金	24 おじゃこ梅のごはん ささみと胡瓜の和え物 あおさのみそ汁	白米 ちりめんじゃこ 梅干し 三つ葉 干し椎茸 鶏ささみ もやし きゅうり 白胡麻 酢 砂糖 醤油 豆腐 あおさ 大根 人参 青葱 削り節 味噌	牛乳 わらびもち (わらびもち きな粉 砂糖)	きんどん (さつまいも 長芋) ベビースティック
11	土	25 ごはん 牛肉の時雨煮 いんげんの甘酢和え	白米 牛肉 れんこん 人参 ごぼう 絹さや 糸こんにゃく 土生姜 削り節 砂糖 醤油 みりん 三度豆 きゅうり もやし わかめ トマト 酢 砂糖 醤油	牛乳 ごまだれかりんとう 干しブルー	さくっとあられ 干しブルー
13	月	27 ごはん 豆腐と野菜の炒めもの 中華きゅうり	白米 豆腐 豚肉 キャベツ 人参 チンゲン菜 干し椎茸 にんにく 菜種油 削り節 塩 砂糖 醤油 片栗粉 きゅうり 酢 砂糖 醤油 ごま油	牛乳 米粉蒸しパン (米粉 B.P 砂糖 豆乳 太白胡麻油 酢) ミニゼリー	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) りんご
14	火	28 ごはん 鶏肉の梅焼き 添え野菜 ポテトサラダ	白米 鶏肉 梅干し 砂糖 醤油 みりん 味噌 キャベツ アスパラ じゃが芋 人参 玉葱 胡瓜 塩 コショウ 砂糖 酢 オリーブ油	牛乳 こんぶあられ 14日 季節のみかん 28日 デラウェア	芋寒天 (さつまいも 寒天) 14日 季節のみかん 28日 デラウェア
15	水	29 ごはん 鯖の生姜煮 千草和え	白米 鯖 ごぼう 土生姜 醤油 みりん 小松菜 もやし えのき 醤油	牛乳 ボンデケーキ (じゃが芋 豆腐 チーズ 片栗粉 砂糖 塩) ミニトマト	じゃが芋もち (じゃが芋 片栗粉 塩) ミニトマト
16	水	30 ごはん 千切り大根の煮物 ピーマンのじゃこ炒め	白米 牛肉 千切り大根 人参 玉葱 干し椎茸 油揚げ 絹さや 削り節 砂糖 醤油 みりん ピーマン ちりめんじゃこ 削り節 醤油 みりん	牛乳 16日 ういろろ (上新粉 薄力粉 黒糖) 30日 水無月 (上新粉 薄力粉 砂糖 甘納豆)	りんご蒸しパン (りんご 上新粉 酢 重曹) 干しブルー

今月は3年ぶりの試食会があります！！

7日(火) こぐまぐみ・そうぐみ、8日(水) きりんぐみの試食会を保育参観後に行います。
たくさんのご参加を楽しみにお待ちしております。