

2024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	土	15	ごはん 牛肉の時雨煮 干切大根の甘酢漬け	白米 牛肉 人参 ごぼう 蓮根 しらたき 絹さや 土生姜 削り節 砂糖 醤油 みりん 干切大根 砂糖 醤油 米酢	牛乳 りんご ソフトせんべい	ベビースティック りんご
3	月	17	ごはん 豚じゃが 茄子のかか煮	白米 豚肉 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 茄子 削り節 醤油 みりん かつお節	牛乳 マカロニきな粉 (マカロニ 塩 砂糖 きな粉) 干しブルー	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) 干しブルー
4	火	18	ごはん 鶏の梅焼き 添え野菜 ポテトサラダ	白米 鶏肉 梅干し 砂糖 味噌 みりん トマト じゃが芋 人参 玉葱 塩 コショウ 砂糖 米酢 オリーブ油	牛乳 りんごゼリー (りんごジュース 砂糖 寒天) つぶせんべい	長芋のお焼き (長芋 キャベツ 塩 片栗粉 菜種油) むらさき芋せんべい
5	水	19	ごはん 千切り大根の煮物 オクラの土佐和え	白米 牛肉 千切り大根 人参 玉葱 油揚げ 干し椎茸 絹さや 削り節 砂糖 醤油 みりん オクラ もやし えのき 醤油 かつお節	牛乳 芋かりんとう すいか	蒸し芋 (さつま芋) すいか
6	木	20	ごはん 鮭の南蛮漬け 青菜の納豆和え	白米 鮭 塩 玉葱 トマト 片栗粉 削り節 砂糖 醤油 米酢 菜種油 小松菜 えのき もやし 納豆 焼きのり 醤油	牛乳 わらびもち	とうもろこし饅頭 (とうもろこし 上新粉) ミニトマト
7	金	21	肉みそ冷やし中華 青のりポテト	中華麺 豚肉 玉葱 胡瓜 トマト わかめ 砂糖 醤油 味噌 片栗粉 米酢 ごま油 じゃが芋 青のり 塩	お茶 きつねおにぎり (白米 油揚げ 塩 砂糖 醤油) 返りちりめん	青菜おにぎり (白米 青菜 塩) りんご
8	土	22	ごはん 炒り豆腐 三度豆の甘酢和え	白米 鶏ひき肉 豆腐 人参 玉葱 青ねぎ 干し椎茸 醤油 塩 菜種油 片栗粉 三度豆 もやし 砂糖 醤油 米酢	牛乳 こんぶあられ ミニゼリー	さくっとあられ 干しブルー
10	月	24	ごはん 牛肉と春雨の炒め物 中華胡瓜	白米 牛肉 人参 玉葱 春雨 チンゲン菜 醤油 塩 コショウ 菜種油 胡瓜 砂糖 醤油 米酢 胡麻油	牛乳 手作りパン (薄力粉 ドライイースト 塩 砂糖 菜種油)	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) りんご寒天 (りんご 寒天)
11	火	25	ごはん 鶏肉のマーマレード煮 グリル野菜のマリネ	白米 鶏肉 マーマレード 醤油 かぼちゃ キャベツ 蓮根 ブロッコリー カリフラワー レモン汁 塩 コショウ オリーブ油	牛乳 抹茶かるかん (長芋 抹茶 上新粉 砂糖 b.p)	じゃが芋もち (じゃが芋 塩 片栗粉) 干しブルー
12	水	26	ごはん 豚肉のパン粉焼き 青菜の納豆和え	白米 豚肉 薄力粉 パン粉 卵 パセリ 塩 コショウ 菜種油 小松菜 豆腐 さつま芋 こんにゃく 砂糖 醤油 白味噌	お茶 ヨーグルト 干しブルー	蒸しかぼちゃ (さつま芋 長芋) ベビースティック
13	木	27	ごはん すすきの塩焼き 粉吹き芋 きんぴらごぼう	白米 すすき 塩 じゃが芋 ごぼう 蓮根 人参 三度豆 砂糖 醤油 みりん 菜種油	牛乳 13日すいか 27日テラウェア きらず揚げ	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) 13日 すいか 27日テラウェア
14	金	28	じゃこと梅ごはん ささみと胡瓜の和え物 野菜の炊き合わせ	白米 梅干し 三つ葉 ちりめんじゃこ 干し椎茸 鶏ささみ 胡瓜 もやし 砂糖 醤油 米酢 かぼちゃ 人参 玉葱 茄子 厚揚げ 三度豆 砂糖 醤油 みりん	牛乳 14日黒糖ういろろ (黒糖 上新粉 薄力粉) 28日水無月 (上新粉 薄力粉 砂糖 甘納豆)	かるかん (長芋 上新粉) 干しブルー
	土	29	ごはん 豚肉の甘酢炒め チンゲン菜の磯和え	白米 豚肉 人参 ピーマン 玉葱 干し椎茸 砂糖 米酢 醤油 みりん 塩 片栗粉 菜種油 チンゲン菜 えのき 焼きのり 醤油	牛乳 恐竜クッキー ミニトマト	さくっとあられ りんご

6/30日は水無月の日です。水無月の形にそれぞれ込められた意味はご存じですか？

水無月の上部の小豆は悪魔祓いを意味し、三角形は暑気を払う氷を意味します。お菓子にも一つ一つ理由が込められています☆

そして、少しずつ暑さを感じ、ジメジメする梅雨の時期がきました🌧️

給食では、トマトや梅などさっぱりする食材をたくさん使っていますよ～！！