



6月の給食

献立		食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	エネルギー	献立		食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	エネルギー
1	金	ご飯 鶏肉のトマト煮 ★ピーマンのおかか和え ほうれん草と南瓜のみそ汁	米 鶏肉・トマト・玉ねぎ・濃口醤油・トマト缶・塩・胡椒・油 ピーマン・人参・おかか・濃口醤油 ほうれん草・南瓜・だし・みそ	星っこ	ミゼリ	牛乳 かりんとう	乳児 390kcal 幼児 496 kcal	19	火	ハヤシライス ブロッコリーのサラダ きのこのスープ	米・牛肉・玉ねぎ・えりんぎ・人参・ハヤシルー・ハヤシフレーク・油 ブロッコリー・コーン缶・にんじんドレッシング しいたけ・しめじ・えのき・コンソメ	おさつて ボン	バナナ	麦ふあー バナナ	乳児 449 kcal 幼児 552 kcal
2	土														
4	月	親子あんかけうどん しゅうまい 小松菜とツナのマヨ和え	うどん・鶏肉・うす揚げ・玉ねぎ・青ねぎ・卵・だし・淡口醤油・みりん・片栗粉 玉ねぎ・キャベツ・鶏肉・パン粉・片栗粉・豚脂・粒状大豆たん白・砂糖・醤油・トマトケチャップ・塩・ほたてエキス・ごま油・チキンエキス・香辛料・小麦粉・菜種油・大豆粉 小松菜・ツナ缶・マヨネーズ	木葉 せんべい	いちご ヨーグルト	米粉 蒸しパン (手作り)	乳児 487 kcal 幼児 552 kcal	21	木	ご飯 ★夏の松風焼き もやし中華和え はんぺんといいたけのすまし汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・卵・土生姜・青しそ・白いりごま・パン粉・濃口醤油・砂糖・みそ もやし・きゅうり・かまぼこ・濃口醤油・酢・ごま油 はんぺん・しいたけ・だし・淡口醤油	かまぼこ チップス	おさかな ソーセージ	みかん缶 ヨーグルト (手作り)	乳児 448 kcal 幼児 546 kcal
5	火	ご飯 ★豆腐のふんわり揚げ 春雨の中華サラダ もずく入りかき玉汁	米 木綿豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ・蓮根・人参・青ねぎ・濃口醤油・片栗粉・油 春雨・きゅうり・カニカマ・すりごま・濃口醤油・砂糖・酢・ごま油 もずく・卵・だし・淡口醤油・片栗粉	こめおこし	バナナ	マカロニ きなこ (手作り)	乳児 493 kcal 幼児 592 kcal	22	金	ご飯 ★チリコンカン マカロニサラダ ほうれん草とコーンのスープ	米 水煮大豆・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・トマトケチャップ・ウスターソース・片栗粉・油 マカロニ・ハム・きゅうり・マヨネーズ・塩・胡椒 ほうれん草・コーン缶・鶏ガラスープ	きなこ せんべい	ミゼリ	胚芽ビスコ	乳児 427 kcal 幼児 601 kcal
6	水	ご飯 鯖のごま照り焼き 千切大根の煮物 麩とわかめのみそ汁	米 鯖・いり白ごま・濃口醤油・みりん・酒 千切大根・うす揚げ・人参・三度豆・だし・砂糖・みりん・淡口醤油 麩・わかめ・だし・みそ	ふわふわ チップ	ミゼリ	ファイバー ヨーグルト	乳児 444 kcal 幼児 506 kcal	23	土	ベアロール バナナ クラムチャウダー 牛乳	ベアロール (パン) バナナ ベーコン・玉ねぎ・じゃがいも・人参・チャウダーの素・スキムミルク 牛乳	星っこ		カルシウム& 鉄ウエハース	乳児 351kcal 幼児 391kcal
7	木	ご飯 豚肉の生姜焼き ブロッコリーのおかか和え キャベツのスープ	米 豚肉・土生姜・もやし・玉ねぎ・酒・みりん・淡口醤油 ブロッコリー・ほうれん草・コーン・おかか・濃口醤油 キャベツ・えのき・コンソメ	ミニ わかめちゃん	スティック チーズ	ビスコ	乳児 431 kcal 幼児 525 kcal	25	月	ご飯 鯖の塩焼き 厚揚げの煮物 里芋と玉ねぎのみそ汁	米 鯖・塩・酒 厚揚げ・人参・大根・淡口醤油・砂糖・みりん・だし 里芋・玉ねぎ・だし・みそ	★ふんわり きなこ ロール	ブルーベリー ヨーグルト	きなこ わらび餅 (手作り)	乳児 407 kcal 幼児 509 kcal
8	金	ご飯 厚揚げと野菜のそぼろ煮 もやしときゅうりのゆかり和え なめこ豆腐のみそ汁	米 厚揚げ・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・グリーンピース・濃口醤油・砂糖・みりん・だし・片栗粉・油 もやし・きゅうり・ゆかり なめこ・豆腐・だし・みそ	おさつて ボン	もも缶	カリボテ スナック	乳児 373 kcal 幼児 458kcal	26	火	冷麺 エビしゅうまい 三度豆のごま和え	冷麺用中華そば・焼き豚・きゅうり・卵・たれ・ごま油 玉ねぎ・魚肉すり身・卵白・大豆たん白・豚脂・えび・豆腐・えびエキス・醤油・えびパウダー・ほたてエキス・オイスターソース・塩・砂糖・小麦粉・香辛料 三度豆・すりごま・濃口醤油	木葉 せんべい	ミゼリ	おにぎり (手作り)	乳児 413 kcal 幼児 479 kcal
9	土	柳川風丼 ほうれん草のごま和え 牛乳	米・豚肉・焼き豆腐・ささがきごぼう・卵・玉ねぎ・三つ葉・だし・みりん・淡口醤油 ほうれん草・すりごま・濃口醤油・だし 牛乳	紫芋チップ	ミゼリ	鉄たっぶり しらすくん	乳児 379 kcal 幼児 486kcal	27	水	ご飯 豚肉のブルコギ風 ★レタスののりサラダ 春雨とわかめスープ	米 豚肉・玉葱・人参・ピーマン・青ねぎ・土生姜・みそ・醤油・砂糖・みりん・ウスターソース・ケチャップ・すりごま・にんにく・油 レタス・じゃこ・刻みりのり・濃口醤油・酢・油 春雨・わかめ・コンソメ	こめおこし	おさかな ソーセージ	ポップ コーン	乳児 396kcal 幼児 443 kcal
11	月	ご飯 チキン南蛮 きゅうりの酢の物 じゃが芋といいたけのみそ汁	米 鶏肉・酒・塩・小麦粉・油・玉ねぎ・卵・マヨネーズ・淡口醤油・砂糖・片栗粉・だし・みりん きゅうり・しらす・わかめ・ごま・砂糖・酢・濃口醤油 じゃが芋・しいたけ・だし・みそ	かまぼこ チップス	スティック チーズ	カルシウム せんべい	乳児 471 kcal 幼児 516kcal	28	木	ご飯 鶏のカレー風味フライ 高野豆腐の煮物 麩と小松菜のみそ汁	米 鶏肉・小麦粉・カレー粉・パン粉・塩・こしょう・油 高野豆腐・人参・三度豆・大根・だし・淡口醤油・塩・砂糖・みりん 麩・小松菜・だし・みそ	ふわふわ チップ	ミゼリ	エース コイン	乳児 534kcal 幼児 605kcal
12	火	ひじきご飯 高野豆腐の卵とじ 小松菜としめじのおひたし 鮭とねぎのみそ汁	米・ひじき・塩 高野豆腐・卵・玉ねぎ・人参・三度豆・だし・淡口醤油・酒・砂糖・みりん 小松菜・しめじ・だし・淡口醤油 鮭・ねぎ・だし・みそ	きなこ せんべい	おさかな ソーセージ	キウイ	乳児 437 kcal 幼児 522kcal	29	金	ご飯 豆腐ハンバーグ ポテトサラダ トマトとコーンのスープ	米 木綿豆腐・豚ひき肉・玉ねぎ・生しいたけ・片栗粉・塩・こしょう・バター・濃口醤油・みりん じゃがいも・きゅうり・りんご・ハム・マヨネーズ・塩・こしょう トマト・コーン缶・コンソメ	ミニ わかめちゃん	スティック チーズ	★ミルク ドーナツ カルピス	乳児 491 kcal 幼児 550 kcal
13	水	ご飯 鯖のみそ漬け焼き キャベツのおかか和え けんちん汁	米 鯖・みそ・砂糖・酒・みりん キャベツ・おかか・濃口醤油 豚肉・大根・ごぼう・人参・里いも・うす揚げ・板こんにゃく・だし・淡口醤油・みりん	星っこ	バナナ	プリン (手作り)	乳児 398 kcal 幼児 480kcal	30	土	ミルクツイスト バナナ 鶏と野菜のスープ 牛乳	ミルクツイスト (パン) バナナ 鶏肉・人参・じゃが芋・玉ねぎ・三度豆・コンソメ 牛乳	おさつて ボン		ひじき スティック	乳児 414 kcal 幼児 483 kcal
14	木	三色丼 ちくわのナムル もずくのみそ汁	米・鶏ひき肉・卵・三度豆・砂糖・濃口醤油・みりん・酒・塩 ちくわ・人参・ほうれん草・ごま・濃口醤油・ごま油 もずく・玉ねぎ・青ねぎ・だし・みそ	木葉 せんべい	ミゼリ	チーズ クラッカー	乳児 377 kcal 幼児 482 kcal	※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつは、0歳普通食、1～2歳児。乳児デザートは、0歳児普通食、1歳児及び2歳児のみの提供となります。 ※乳児には午前と午後のおやつに牛乳を提供します。ただし献立により、午後の牛乳は提供しない時がありますので、午後のおやつ献立表をご確認下さい。幼児は、昼食時に牛乳を提供しています。 ※エネルギーの目標値は 乳児：464 kcal 幼児：511 kcal です。エネルギーは、昼食・おやつ・牛乳の合計値です。							
15	金	きのこスパゲティ ブロッコリーの塩昆布和え ★卵とレタスのミルクスープ	スパゲティ・ベーコン・玉ねぎ・しめじ・えのき・刻みりのり・淡口醤油・塩・こしょう・油 ブロッコリー・塩昆布・ごま油 卵・レタス・牛乳・スキムミルク・コンソメ・塩・胡椒	こめおこし	ベビー ダノン	野菜 スティック	乳児 449kcal 幼児 533 kcal								
16	土	おにぎり 筑前煮 小松菜とうす揚げのカリカリサラダ 牛乳	米・まぜるわかめ・じゃこ 鶏肉・人参・ごぼう・れんこん・ちくわ・板こんにゃく・里いも・だし・砂糖・みりん・淡口醤油・酒 小松菜・うす揚げ・酢・淡口醤油・ごま油 牛乳	ふわふわ チップ	ミゼリ	チョイス	乳児 402 kcal 幼児 558 kcal								
18	月	ご飯 吉野煮 キャベツとカニカマのサラダ 豆腐とわかめのみそ汁	米 豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ごぼう・ちくわ・板こんにゃく・だし・酒・砂糖・みりん・淡口醤油・片栗粉・油 キャベツ・カニカマ・きゅうり・フレンチドレッシング 豆腐・わかめ・だし・みそ	ミニ わかめちゃん	ミゼリ	カルピス 寒天 (手作り)	乳児 425kcal 幼児 539 kcal								

今月の郷土料理” 「チリコンカン」～メキシコ～

チリコンカンは、メキシコの郷土料理です。ひき肉とビーンズ、そしてたっぶりのスパイスを入れてコトコト煮込む料理です。元々は肉をたっぶりのスパイスで煮ていましたが、肉が手に入りづらくなった時、肉の代わりにビーンズや野菜を入れたのが私たちが良く目にするチリコンカンとなりました。そして隣の国のアメリカ海軍により世界中に普及され、その土地の食材や味付けがなされました。

