



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	木	ご飯 すき焼き風煮 小松菜としめじのおひたし もずく入りかき玉汁	米 牛肉・白菜・玉ねぎ・焼き豆腐・糸こんにゃく・麩・酒・砂糖・みりん・淡口醤油・油 小松菜・しめじ・もやし・だし・淡口醤油・おかか もずく・卵・だし・淡口醤油	あずき おかき	おさかなのソーセージ	ファイバーヨーグルト 乳児牛乳なし	乳児 436 kcal 幼児 494 kcal	19	月	白いパン/カスタードクリーム 野菜コロッケ ひじきサラダ ミネストローネ	白いパン/カスタードクリーム じゃが芋・玉ねぎ・人参・コーン・グリーンピース・砂糖・塩・パン粉・小麦粉・油(乳成分由来原材料を含む) ひじき・ツナ缶・きゅうり・人参・マヨネーズ マカロニ・ウインナー・ブロッコリー・玉ねぎ・トマトピューレ・コンソメ・砂糖	畑のクラッカー	スティックチーズ	ミルクわらび餅(手作り) 乳児牛乳なし	乳児 481 kcal 幼児 491 kcal
2	金	ご飯 豚肉とキャベツのみそ炒め ★ブロッコリーの塩昆布和え 麩と三つ葉のすまし汁	米 豚肉・厚揚げ・キャベツ・人参・酒・砂糖・みりん・淡口醤油・みそ・油 ブロッコリー・塩昆布・ごま油 麩・三つ葉・だし・淡口醤油	きなこ せんべい	スティックチーズ	カリポテ ★乳児牛乳あり	乳児 450 kcal 幼児 468 kcal	20	火	ご飯 炒り鶏 ほうれん草の磯和え 豆腐とわかめのみそ汁	米 鶏肉・人参・ごぼう・三度豆・がんも・里いも・干し椎茸・板こんにゃく・だし・砂糖・みりん・淡口醤油・ごま油 ほうれん草・のり・淡口醤油・ごま油 豆腐・わかめ・だし・みそ	にんじんかぼちゃ あられ	ブルーベリーヨーグルト	バナナ 乳児牛乳なし	乳児 507 kcal 幼児 609 kcal
3	土	おにぎり(ゆかりとじゃこ、わかめ) 筑前煮 三度豆のおかか和え 牛乳	米・ゆかり・じゃこ・ごま・混ぜるわかめ 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 三度豆・おかか・淡口醤油 牛乳	ミニぼん えびせん	ミニゼリー	ぼんち揚	乳児 405 kcal 幼児 562 kcal	21	水	ご飯 鮭の塩焼き 春雨梅焼きサラダ 大根となめこのみそ汁	米 鮭・塩 春雨・梅焼き・きゅうり・すりごま・砂糖・酢・淡口醤油・ごま油 大根・なめこ・だし・みそ	胚芽スティック	ミニゼリー	エントリー ★乳児牛乳あり	乳児 423 kcal 幼児 499 kcal
5	月	ご飯 カレー風味チキンソテー ほうれん草の梅焼き和え 五目汁	米 鶏肉・塩・こしょう・カレー粉 ほうれん草・梅焼き・砂糖・淡口醤油・だし 大根・ささがきごぼう・人参・春雨・わかめ・ねぎ・だし・淡口醤油・みりん	マンナ ウエファー	ベビータノン	ムーンライト ★乳児牛乳あり	乳児 505 kcal 幼児 543 kcal	22	木	豚みそ丼 千切大根とカニカマのサラダ はんぺんと水菜のすまし汁	米・豚肉・糸こんにゃく・椎茸・玉ねぎ・人参・砂糖・みりん・淡口醤油・みそ 千切大根・カニカマ・きゅうり・コーン缶・黒ごま・淡口醤油・マヨネーズ はんぺん・水菜・だし・淡口醤油	カルシウム&テツ ウエハース	おさかなのソーセージ	ココナッツサブレ ★乳児牛乳あり	乳児 478 kcal 幼児 520 kcal
6	火	ご飯 煮魚 大豆の五目煮 しめじと白菜のみそ汁	米 白身魚・土生姜・酒・砂糖・みりん・淡口醤油 大豆水煮・ごぼう・人参・板こんにゃく・干し椎茸・ひじき・厚揚げ・だし・砂糖・みりん・淡口醤油 しめじ・白菜・だし・みそ	星っこ	バナナ	マシュマロおこし(手作り) 乳児牛乳なし	乳児 488 kcal 幼児 539 kcal	23	金	えび玉ラーメン 肉シューマイ 人参サラダ	中華そば・むき海老・卵・人参・竹の子・椎茸・ねぎ・酒・ウエイパー・淡口醤油・片栗粉・ごま油 玉ねぎ・キャベツ・鶏肉・パン粉・豚脂・砂糖・醤油・トマトケチャップ・塩・ホタテエキス・ごま油・香辛料・大豆粉 人参・もやし・ほうれん草・コーン缶・淡口醤油・酢・ごま油	野菜入りソフトせん	いちごヨーグルト	麦ふあー パニラ ★乳児牛乳あり	乳児 500 kcal 幼児 477 kcal
7	水	ご飯 肉じゃが ★小松菜の納豆和え えのきと豆苗のみそ汁	米 牛肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・砂糖・みりん・淡口醤油 小松菜・納豆・醤油 えのき・豆苗・だし・みそ	チーズ クラッカー	いちごヨーグルト	エースコイン ★乳児牛乳あり	乳児 502 kcal 幼児 508 kcal	24	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 バナナ 鶏肉・人参・じゃが芋・玉ねぎ・三度豆・コンソメ 牛乳	ひじきスティック		まがりせんべい	乳児 457 kcal 幼児 503 kcal
8	木	豚ひき肉の春雨丼 ハリハリサラダ トマトと卵のスープ	米・豚ひき肉・もやし・小松菜・人参・干し椎茸・春雨・酒・ウエイパー・砂糖・淡口醤油・片栗粉・ごま油 千切大根・ツナ缶・人参・三度豆・マヨネーズ 卵・トマト・コンソメ	きなこ ウエハース	おさかなのソーセージ	ゴールドキウイ 乳児牛乳なし	乳児 435 kcal 幼児 519 kcal	26	月	ご飯 ポークビーンズ ほうれん草のごま和え 麩とわかめのみそ汁	米 豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・大豆水煮・トマト水煮・酒・砂糖・淡口醤油・ケチャップ・油 ほうれん草・すりごま・淡口醤油・だし 麩・わかめ・だし・みそ	ココナッツ クリーム サンド	みかん缶	国産ももゼリー 乳児牛乳なし	乳児 424 kcal 幼児 474 kcal
9	金	ご飯 鶏と大根の五目煮 もやしときゅうりのナムル 麩とねぎのみそ汁	米 鶏肉・大根・人参・厚揚げ・干し椎茸・板こんにゃく・だし・砂糖・みりん・淡口醤油 もやし・きゅうり・淡口醤油・酢・ごま油 麩・ねぎ・だし・みそ	ミニ のりすけ	パイン缶	シスコーン(マイルドチョコ) 牛乳	乳児 441 kcal 幼児 494 kcal	27	火	ハヤシライス ブロッコリーのサラダ レタススープ	米・牛肉・玉ねぎ・じゃがいも・人参・ハヤシルウ・油 ブロッコリー・コーン缶・フレンチドレッシング レタス・人参・コンソメ	紫芋チップ	おさかなのソーセージ	★ちんすこう(手作り) 乳児牛乳なし	乳児 501 kcal 幼児 629 kcal
10	土	ヘアロール バナナ おさかなのソーセージ クラムチャウダー 牛乳	ヘアロール バナナ おさかなのソーセージ 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	鉄入り たっぶり しらすくん		えびせんべい 満月	乳児 429 kcal 幼児 554 kcal	28	水	ご飯 鶏肉のさっぱり煮 もやしときゅうりのゆかり和え けんちん汁	米 鶏肉・白ねぎ・しょうが・酒・醤油・砂糖・レモン汁 もやし・きゅうり・ゆかり 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・ごま油	アスパラガス	ベビータノン	小魚せんべい 乳児牛乳なし	乳児 438 kcal 幼児 430 kcal
12	月	ご飯 チキン南蛮 ブロッコリーのごま和え じゃがいもとわかめのみそ汁	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 ブロッコリー・すりごま・淡口醤油 じゃがいも・わかめ・だし・みそ	にぎにぎ ポーロ	スティック チーズ	フルーツヨーグルト(手作り) 乳児牛乳なし	乳児 488 kcal 幼児 543 kcal	29	木	冷やしうどん 白身魚の満点揚げ 三度豆とツナのサラダ	うどん・きざみのり・だし・みりん・淡口醤油 すり身・玉ねぎ・さつまいも・豆腐・ひじき・淡口醤油・みそ・片栗粉・油 三度豆・ツナ缶・マヨネーズ	りんごジャム サンド	バナナ	ミニショコラツイスト パン カルビス	乳児 487 kcal 幼児 535 kcal
13	火	ご飯 豆腐ハンバーグ 白菜のお浸し はんぺんと三つ葉のすまし汁	米 木綿豆腐・豚ひき肉・玉ねぎ・生しいたけ・卵・パン粉・牛乳・塩・こしょう・バター・しょうゆ・みりん 白菜・きゅうり・人参・もやし・おかか・淡口醤油 はんぺん・三つ葉・だし・淡口醤油	ミニぼん こさかな	おさかなのソーセージ	ぼたぼた焼 乳児牛乳なし	乳児 434 kcal 幼児 490 kcal	30	金	レタスチャーハン ミニハンバーグ 茹でブロッコリー きのこのスープ	米・レタス・玉ねぎ・人参・ベーコン・卵・フイヨン・油 牛ひき肉・玉ねぎ・卵・パン粉・牛乳・塩・こしょう ブロッコリー しいたけ・しめじ・えのき・コンソメ	おさつて ボン	スティック チーズ	アイス クリーム 乳児牛乳なし	乳児 509 kcal 幼児 565 kcal
14	水	親子うどん さつまいものレモン煮 三度豆のごま和え	うどん・鶏肉・うす揚げ・かまぼこ・青ねぎ・卵・だし・淡口醤油・みりん さつまいも・砂糖・レモン汁 三度豆・すりごま・淡口醤油	野菜 スナック	バナナ	たべっ子 どうぶつ ココア	乳児 432 kcal 幼児 526 kcal	※新メニューには★印をつけています。※午前のおやつは、1〜3歳児。乳児デザートは、1歳児と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ください。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	木	ご飯 カラスカレイのみそ漬け焼き 千切大根の煮物 飛鳥汁	米 カラスカレイ・みそ・砂糖・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 鶏肉・人参・白菜・木綿豆腐・ねぎ・豆乳・だし汁・淡口醤油・塩	おから チップ	ベビータノン	ビスコ 乳児牛乳なし	乳児 451 kcal 幼児 520 kcal								
16	金	ご飯 吉野煮 ★キャベツとカニカマのサラダ えのきと豆腐のみそ汁	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・コーン・にんじンドレッシング えのき・豆腐・ねぎ・だし・みそ	ミレー ビスケット	もも缶	牛乳 かりんとう ★乳児牛乳あり	乳児 528 kcal 幼児 544 kcal								
17	土	おにぎり(鮭とごま、わかめ) じゃがいもとツナの炊き合わせ 小松菜とうす揚げのカリカリサラダ 牛乳	米・鮭・ごま・青のり・混ぜるわかめ じゃがいも・玉ねぎ・人参・ツナ缶・酒・砂糖・みりん・淡口醤油 小松菜・うす揚げ・酢・淡口醤油・ごま油 牛乳	白い風船	ミニゼリー	源氏パイ	乳児 426 kcal 幼児 597 kcal								

※新メニューには★印をつけています。※午前のおやつは、1〜3歳児。乳児デザートは、1歳児と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ください。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。

* * * * *
 “今月の郷土料理” 「ちんすこう」
 * * * * *
 ちんすこうとは、小麦粉や砂糖、ラードを原料とした焼き菓子で、沖縄に古くから伝わる郷土菓子です。甘さ控えめでビスケットのような食感が特徴です。その起源は、琉球王朝時代、中国で食べられていた菓子を参考に、沖縄の風土や原料に合わせて独自の菓子として作り上げられたものとされます。現在では沖縄県の代表的な土産として広く知られています。
 * * * * *

