



6月(慰霊の日 給食なし)

令和2年

★赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。

(作成者)栄養士 野原正子

日曜	献立名	おやつ			おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ			おもな材料(昼食)		
		午前(1~2歳児)	午後(1~5歳児)	あか	きいろ	みどり	あか			きいろ	みどり	午前(1~2歳児)	午後(1~5歳児)	あか	きいろ
1月	ごはん(強化米入り) 豚肉しょうが焼き ひじきの五目煮 ブロッコリー みそ汁 ネーブル	クラッカー	揚げパン	保育乳	ひきわり納豆 ツナ缶 豚肉 干ひじき 竹小町	精白米 強化米	人参 糸こんにゃく ニラ ブロッコリー 大根 えのきたけ ネーブル	16日	マージンごはん 鯖照り焼き ゴーヤーチャンプルー もずくの酢物 コーンスープ スイカ	りんご	バナナ	固形ヨーグルト	鯖 豆腐 卵 もずく	精白米 強化米 もちきび	にがうり 人参 もやし 玉ねぎ しめじ きゅうり Hコーン缶
2日	冷やしうどん かき揚げ パン	バナナ	ホットドッグ	保育乳	さば ベーコン 豚肉	精白米 強化米 もちきび じゃが芋 春雨	人参 さやいんげん きゅうり たけのこ 白菜 スイカ	17日	冷い中華 芋天 ネーブル	せんべい	ツナサンド	保育乳	ハム 卵 ツナ	パン さつま芋	もやし 胡瓜 レタス トマト
3日	ごはん(強化米入り) 鯖の和風南蛮 南瓜の揚げびたし 昆布イリチー 味噌汁 ネーブル	せんべい	ちんぴん	保育乳	ツナ缶 豆腐 鶏ひき肉 豚三枚肉	精白米 強化米	よもぎ 玉ねぎ 刻み昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく トマト	18日	ロールパン フライドチキン サラダ パンブキンスープ スイカ	りんご	いなり寿司	保育乳	鶏もも肉 ベーコン チーズ	パン	キャベツ トマト ブロッコリー かぼちゃ 玉ねぎ スイカ
4日	ごはん 味付け海苔 揚げ魚のケチャップあん 切干大根炒り煮 味噌汁 パイン	りんご	サブレ	保育乳	白身魚 鶏ささみ	精白米 強化米 もちきび そうめん	かぼちゃ 切干大根 人参 きゅうり ごぼう ねぎ ネーブル	19日	中華丼 ちくわ天 スープ パン	胚芽クラッカー	ココア蒸しパン	保育乳	ちくわ 豚もも肉	精白米	白菜 たけのこ 人参 しいたけ ネーブル
5日	ごはん(納豆みそ) 沖縄風煮つけ ポテトサラダ スープ スイカ	胚芽クラッカー	ハムチーズドーナツ	保育乳	豚肩ロース 厚揚げ わかめ	精白米 強化米 マカロニ	大根 昆布 しめじ 人参 なす パイン缶 白菜 ねぎ りんご	20日	鶏肉のあんかけ丼 ブロッコリー(マヨ) みそ汁 ネーブル	***	はちやくみ	保育乳	鶏もも肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米	干しいたけ 玉ねぎ 人参 Hコーン缶 ブロッコリー 大根 ネーブル
6日	害虫防除消毒後の大掃除(お弁当)						22日	ビビンバ丼 マカロニサラダ みそ汁 ネーブル	クラッカー	コーンフレーク	保育乳	豚肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米 マカロニ	Hコーン缶 ほうれん草 もやし 赤ピーマン パイン缶 人参 りんご	
8日	ごはん トンカツ 人参シリシリー サラダ みそ汁	せんべい	ホットケーキ	保育乳	豚肉 豆腐 しらす干し わかめ	精白米	人参 ブロッコリー もやし 白菜 なす ネーブル	23日	慰霊の日						
9日	お誕生会(お弁当)おやつ(ゼリー クッキー)						24日	夏野菜カレー きゅうりの甘酢あえ すまし汁 スイカ	せんべい	くずもち	保育乳	鶏ささみ しらす干し もずく 絹ごし豆腐	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ へちま なす ピーマン きゅうり えのきたけ	
10日	マージンごはん 豚肉のみそ焼き 春雨の中華炒め ブロッコリーのしらすあえ スープ ネーブル	クラッカー	さつま芋の蒸しパン	保育乳	豚肩ロース 竹小 しらす干し わかめ	精白米 強化米 もちきび 春雨 さつま芋	赤ピーマン 玉ねぎ たけのこ 人参 キャベツ しめじ さやいんげん	25日	スパゲティミートソース サラダ スープ バナナ	りんご	おにぎり	保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ ウィンナー しらす干し	スパゲティ じゃが芋 精白米	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン Hコーン缶 キャベツ
11日	マージンごはん 鮭のポテト焼き きんぴらごぼう ブロッコリー スープ スイカ	りんご	ココアクッキー	ミルクゼリー	鮭 豚肉 ベーコン	精白米 強化米 もちきび マッシュポテト	Cコーン缶 ごぼう 人参 糸こんにゃく ニラ GP ほんしめじ ブロッコリー	26日	ごはん(味付け海苔) 魚と野菜の甘酢あんかけ 南瓜サラダ みそ汁 ネーブル	胚芽クラッカー	バナナケーキ	保育乳	白身魚 豆腐 わかめ	精白米 強化米 さつま芋	玉ねぎ 人参 青ピーマン たけのこ かぼちゃ 大根 ネーブル
12日	沖縄そば かぼちゃのから揚げ バナナ	胚芽クラッカー	おにぎり	保育乳	豚肉 かまぼこ ツナ缶 しらす干し	沖縄そば (茹)	刻み昆布 山東菜 かぼちゃ キャベツ きゅうり バナナ	27日	炊き込みごはん トマトサラダ ゆし豆腐汁 ネーブル	***	メロンパン	保育乳	鶏もも肉 油揚げ ゆし豆腐	精白米 強化米	人参 トマト レタス きゅうり ネーブル
13日	キーマカレー 胡瓜甘酢 スープ スイカ	クラッカー	パン	保育乳	合挽肉	精白米 じゃがいも	玉ねぎ 人参 GP きゅうり Hコーン缶 トマト へちま	29日	もずくどんぶり(コーン) 魚唐揚げ香味ソース 味噌汁 スイカ	クラッカー	ヨーグルトブレッド	保育乳	もずく 豚ひき肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 ごぼう かぼちゃ へちま スイカ
15日	ごはん(強化米入り) 肉じゃが ひじきのフレンチあえ スライストマト みそ汁 ネーブル	クラッカー	ミニマドレーヌ	保育乳	豚薄切り肉 干ひじき ハム わかめ 油揚げ	精白米 強化米 じゃが芋 麩	玉ねぎ 人参 GP きゅうり Hコーン缶 トマト へちま	30日	マーボー豆腐丼 中華和え スープ パン	バナナ	砂糖天ぷら	保育乳	白身魚 鶏ささみ 干ひじき ベーコン	精白米 強化米 もちきび さつま芋	糸こんにゃく 人参 Hコーン缶 小松菜 レタス 玉ねぎ えのきたけ

★材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。
★「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。



★食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき実施しています。
★幼児食移行期(1歳~1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。