



6月のこんだて

令和6年 わかば認定こども園

【お知らせ】
 今月より、アレルギー食材カラーを変更して
 います。
 卵をイメージしやすい黄色に変え、他の食材
 のカラーもそれに伴い変更しています。
 慣れるまでご不便をおかけしますが、ご協力
 のほど、よろしく願いいたします。

卵アレルギー：黄色 乳アレルギー：ピンク
 ごまアレルギー：青色 2種以上のアレルギー：緑

栄養士：新崎 悠

日	朝おやつ	献立	アレルギー対応代替献立	おやつ	アレルギー対応代替おやつ	(あか)血や肉をつくる	(きいろ)骨や力になる	(みどり)体の調子を整える
1日(土)	ハイハイ	お弁当の日		牛乳 たい焼き(つぶあん)	豆乳	牛乳	たい焼き	
3日(月)	りんご	あわご飯 麻婆茄子 白菜のツナ和え 中華スープ オレンジ		牛乳 ポテトフライ	豆乳	豆乳 豚ミンチ 大豆 みそ ツナ ささみ 牛乳	米 もちきび 油 砂糖 片栗粉 じゃが芋	なす 玉ねぎ 人参 椎茸 たけのこ にら にんにく 白黒 きゅうり ハブリカ 豆菜 ちんげん草 長ねぎ 果物
4日(火)	バナナ	黒米ご飯 魚のチキチアあん ひじきの煮物 豆乳入りさつまい 黄桃缶		牛乳 南瓜小豆蒸しパン	豆乳	白身魚 ひじき 豚肉 大豆 油揚げ みそ 豆乳 卵 牛乳	米 黒米 片栗粉 油 さつま芋 小麦粉 ケーキミックス パター 砂糖 小豆	人参 いんげん 大根 ねぎ 果物 南瓜
5日(水)	オレンジ	玄米ご飯 豚肉の生姜炒め 粉ふき芋 手巻きうどん れんごんのみそ汁 バイン	ポテトサラダ	牛乳 お絵かきパン	豆乳 ヨーグルト風クレープ	豚肉 黄さし 卵 みそ 牛乳	米 玄米 片栗粉 油 じゃが芋 バター マカロニ マヨネーズ 砂糖 食パン ジャム	生姜 玉ねぎ きゅうり 人参 れんごん 大根の葉 果物
6日(木)	バナナ	お弁当の日		牛乳 誕生日ケーキ	豆乳 フルーツのゼラチン	牛乳	ケーキ	
7日(金)	りんご	あわご飯 レバーのゴマソース 野菜炒め 豆とわかめのスープ オレンジ	レバーフライ(甘だれ漬け) 豆腐とわかめとネギのスープ	牛乳 チヂミ	豆乳	豚レバー ちくわ 卵 わかめ ツナ 牛乳	米 もちきび 片栗粉 油 砂糖 ごま 小麦粉 じゃが芋	生姜 小松菜 人参 しめじ 玉ねぎ 椎茸 ニら 果物
8日(土)	ハイハイ	厚揚げ丼 春雨の中華サラダ 青菜のすまし汁 バナナ		牛乳 やわらかおかし	豆乳	厚揚げ 豚ミンチ 大豆 みそ ささみ わかめ ツナ 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 春雨 やわらかおかし	人参 キャベツ 生姜 きゅうり ハブリカ ほうろく 玉ねぎ えのき 果物
10日(月)	りんご	黒米ご飯 さばの蒲焼き 青菜の和え物 きんぴらごぼう 南瓜のみそ汁 オレンジ		牛乳 お勉強ラスク	豆乳	さば 豚肉 油揚げ みそ きな粉 牛乳	米 黒米 片栗粉 砂糖 油 赤こんにやく おつゆ	小松菜 生姜 ごぼう 人参 にら 南瓜 ねぎ 果物
11日(火)	オレンジ	たけのこ飯 きんぴらの揚げおろし煮 バイン かりきゅうり おつゆのみそ汁		牛乳 ココアクッキー	豆乳 アレルギー用クッキー	鶏肉 油揚げ きんぴら みそ 牛乳	米 小麦粉 砂糖 片栗粉 油 おつゆ 小麦粉 ココア パター	たけのこ 人参 生姜 ねぎ 貝割大根 大根 きゅうり 白黒 大根の葉 果物
12日(水)	バナナ	チキンカレー 野菜サラダ わかめスープ オレンジ		牛乳 ホットドッグ	ポテトフライ	鶏肉 わかめ ツナ ウインナー 牛乳	米 じゃが芋 小麦粉 砂糖 カレールー パターロール	人参 玉ねぎ マッシュルーム キャベツ グリーンピース えのき きゅうり トマト 長ねぎ オレンジ
13日(木)	オレンジ	鶏肉丼 赤トウモロコシ きのこのみそ汁 バイン	ご飯と牛野菜炒め(ごぼう入り) マカロニサラダ	牛乳 バナナケーキ	豆乳 バナナケーキ(ココア)	牛肉 卵 みそ 牛乳	米 小麦粉 砂糖 片栗粉 油 おつゆ 小麦粉 ココア パター	玉ねぎ 人参 キャベツ じゃが芋 にんにく 生姜 きゅうり コーン えのき しめじ 椎茸 大根の葉 果物
14日(金)	りんご	あわご飯 チキンのレモン和え ブロッコリーのマヨ和え 豆腐チャンプルー モロヘイヤのみそ汁 オレンジ		牛乳 チーズ&ビスケット	豆乳	鶏肉 豆腐 豚肉 油揚げ みそ チーズ 牛乳	米 もちきび 片栗粉 砂糖 油 マヨネーズ 五穀ビスケット	ブロッコリー キャベツ 人参 ニら モロヘイヤ 玉ねぎ ハセリ 果物
15日(土)	ハイハイ	野菜そぼろ丼 大根の和え物 ゆし豆腐のみそ汁 黄桃缶		牛乳 みかんゼリー	豆乳	豚ミンチ 大豆 ちくわ ゆし豆腐 みそ 牛乳	米 油 砂糖 油 レモンケーキ	キャベツ ほうろく菜 玉ねぎ 人参 コーン 大根 きゅうり ねぎ 果物
17日(月)	りんご	あわご飯 納豆みそ 肉じゃが オレンジ	豆腐とえのきと大根菜の味噌汁	牛乳 くんべん	豆乳	納豆 みそ ツナ 豚肉 卵 牛乳	米 もちきび 砂糖 油 じゃが芋 赤こんにやく 黒糖 小麦粉 ケーキミックス	ねぎ 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース えのき 大根の葉 果物
18日(火)	オレンジ	スパゲティ ナポリタン ブロッコリーサラダ コーンスープ バナナ	ブロッコリーサラダ(チーズ除去・マヨネーズは添える)	牛乳 肉みそおにぎり	豆乳	ウインナー チーズ 豚ミンチ みそ 牛乳	スパゲティ 油 片栗粉 カレールー 小麦粉 砂糖	玉ねぎ 人参 ビーマンにんにく ブロッコリー カリフラワー ハブリカ 大根の葉 コーン ねぎ 果物
19日(水)	バナナ	野菜そば 青菜の白和え 焼き芋 バイン		牛乳 野菜いなり	豆乳	豚肉 豆腐 ツナ 油揚げ 牛乳	沖縄そば 油 砂糖 ごま さつま芋 米	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし 小松菜 果物 ほうろく菜
20日(木)	オレンジ	チキンカレー ひじきと大豆のサラダ キャベツのスープ ジャム入りヨーグルト	ゼリー	牛乳 さつま芋のかき揚げ	豆乳	鶏肉 ひじき 大豆 ツナ 豚肉 ヨーグルト 卵 牛乳 お豆腐 味噌	米 小麦粉 じゃが芋 小麦粉 カレールー マヨネーズ ジャム さつま芋 油 カレー粉	人参 玉ねぎ なす セロリ ハブリカ グリーンピース いんげん 人参 しめじ 果物 コーン
21日(金)	バナナ	枝豆ご飯 豆腐の松風焼き 野菜の和えもの きこのすまし汁 黄桃缶	豆腐ステーキの野菜そぼろあんかけ	牛乳 オレンジ風味 プリンデザート	豆乳 リンゴのタルト	豆腐 豚ミンチ みそ 豆乳 卵 牛乳	米 小麦粉 砂糖 ごま 食パン パター	枝豆 長ねぎ 人参 白黒 きゅうり 小松菜 ハブリカ えのき しめじ 椎茸 ねぎ 果物
22日(土)	ハイハイ	ホイコーロー丼 南瓜サラダ 春雨スープ バイン		牛乳 くずもち	豆乳	豚肉 みそ チーズ きな粉 牛乳	米 片栗粉 ごま油 砂糖 マヨネーズ 春雨 うむじ 黒糖	人参 キャベツ ビーマン にら 南瓜 きゅうり チャンプルー コーン 果物
24日(月)	りんご	カツ丼 大根サラダ 豆腐のみそ汁 フルーツゼリー	麦ご飯ととんかつ(とんかつソース)	牛乳 チーズスティックパン	豆乳	豚肉 卵 わかめ ツナ 豆腐 みそ チーズ 牛乳	米 小麦粉 油 砂糖 ゼリー ケーキミックス パター	玉ねぎ 切り干し大根 人参 えのき ちんげん草 果物
25日(火)	バナナ	あわご飯 鶏肉のハーベッシュソース焼き アボカドポテト 青菜のスープ オレンジ		牛乳 かぼちゃの小判焼き	豆乳	鶏肉 ウインナー スキムミルク 牛乳	米 もちきび 砂糖 じゃが芋 油 パター 片栗粉	生姜 にんにく 玉ねぎ りんご ブロッコリー モロヘイヤ えのき コーン 南瓜 果物
26日(水)	オレンジ	菜のみそ飯 魚の甘酢あんかけ 千切りリネー じゃが芋のみそ汁 黄桃缶		牛乳 ごまちゃんすこう	豆乳 アレルギー用クッキー	白身魚 昆布 豚肉 わかめ みそ 牛乳	米 小麦粉 片栗粉 油 砂糖 赤こんにやく じゃが芋 ラード ごま	玉ねぎ 人参 納豆 切干大根 椎茸 大根の葉 果物
27日(木)	りんご	もずく丼 キャベツの和えもの イナゴみそ汁 バナナ	もずく丼(卵除去→コーンへ) 豚汁	牛乳 サウナーアンダー	豆乳	もずく 豚ミンチ 大豆 卵 ちくわ 豚肉 かまぼこ みそ 牛乳	米 小麦粉 砂糖 片栗粉 赤こんにやく 小麦粉 油	生姜 ビーマン ハブリカ キャベツ もやし 人参 椎茸 大根 ねぎ 果物
28日(金)	オレンジ	玄米ご飯 魚のマヨネーズ焼き 鉄前煮 なすのみそ汁 バイン		牛乳 大学芋	豆乳	白身魚 鶏肉 みそ 牛乳	米 小麦粉 マヨネーズ 砂糖 油 さつま芋 油	玉ねぎ 人参 ビーマン ハブリカ 大根 たけのこ 人参 椎茸 納豆 なす 小松菜 長ねぎ 果物
29日(土)	ハイハイ	ガバオライス 青菜のごま和え 牛肉スープ 杏仁フルーツ		牛乳 じゃこわかめのおにぎり	豆乳	豚ミンチ 牛肉 しらす わかめ 牛乳	米 油 砂糖 油 杏仁豆腐	玉ねぎ 人参 ビーン にんにく ほうろく菜 コーン えのき 人参 大根 椎茸 ねぎ 生姜 果物

※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。
 ※アレルギー対応は医師の診断書に基づき実施しております。

