



6月のこんだて



けやきほいくえん

埼玉県蕨市中央1-23-8 くるる2階
TEL: 048-443-2233

| 日付 | 曜日 | 午前のおやつ (乳児のみ) | お昼の献立 | 材料名 | | | | 午後のおやつ |
|----|----|------------------|--------------|----------------------|-----------|----------------------|--------------------------|-----------|
| | | | | 熱や力になるもの | 血や骨になるもの | 体調を整えるもの | 調味料 | |
| 1 | 水 | ビスケット | 白身魚ソテー | 精白米、おせんべい | 白身魚、ウィンナー | 玉ねぎ、ほうれん草 | 塩、味噌、砂糖 | 牛乳かん |
| | | 麦茶 | ジャーマンポテト | 油揚げ、油 | 油揚げ、牛乳 | ニンジン、りんご、 ミカン缶、寒天 | | おせんべい |
| | | | 味噌汁 | | | | | 麦茶 |
| 2 | 木 | おせんべい | 鶏照り焼き | 精白米、油揚げ | 鶏肉、豆腐、牛乳 | 青菜、えのき | しょうゆ、みりん 味噌、 | コーンフレーク |
| | | 牛乳 | 青菜2色和え | 油、コーンフレーク | | バナナ | | バナナ |
| | | | 味噌汁 | | | | | 牛乳 |
| 3 | 金 | ウエハース | ポークカレー | 精白米、ジャガイモ | 豚肉、ハム、卵 | 玉ねぎ、ニンジン、 きゅうり | カレールー、塩 | 卵サンド |
| | | 麦茶 | スパゲティサラダ | スパゲティ、 マヨネーズ、クッキー | 牛乳 | | | クッキー |
| | | | | | | | | 牛乳 |
| 4 | 土 | クッキー | スパゲティナポリタン | スパゲティ | ウィンナー、卵 | 人参、玉ねぎ | ケチャップ、塩 こしょう | フルーツヨーグルト |
| | | 牛乳 | | おせんべい | ヨーグルト | ピーマン | | おせんべい |
| | | | | | | | | 麦茶 |
| 5 | 日 | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 6 | 月 | ポーロ | 塩ラーメン | 精白米、中華めん | 豚肉、 | もやし、青菜、 | 中華だし、塩 しょうゆ | おにぎり |
| | | 牛乳 | シューマイ | シューマイの皮 | | しいたけ、コーン | | おせんべい |
| | | | | | | | | 麦茶 |
| 7 | 火 | クッキー | 三食そばろ丼 | 精白米 | 鶏肉、豆腐、 | もやし、にんじん、 | しょうゆ、みりん 酒、砂糖、みそ | フルーツゼリー |
| | | 牛乳 | もやしの和え物 | スナックパン | ごま、卵 | えのき、青菜 | | スナックパン |
| | | | 味噌汁 | 油揚げ | | | | 牛乳 |
| 8 | 水 | ビスケット | 煮魚 | 精白米、食パン | 赤魚、大豆、卵 | ニンジン、大根 | しょうゆ、酒、 みりん、砂糖 | フレンチトースト |
| | | 麦茶 | ヒジキと大豆の炒り煮 | | わかめ、ひじき | | | クッキー |
| | | | わかめご飯、味噌汁 | | 油揚げ、バター | | | 牛乳 |
| 9 | 木 | おせんべい | 鶏から揚げ | 精白米、片栗粉 | 鶏肉、かにかまぼこ | 玉ねぎ、ブロッコリー | しょうゆ、酒 中華だし、塩 コンソメ | フルーチェ |
| | | 牛乳 | ブロッコリーあんかけ | 油 | ベーコン、わかめ | プチトマト | | おかし |
| | | | コンソメスープ | | 卵 | | | 麦茶 |
| 10 | 金 | ウエハース | ビーフシチュー | 精白米、ジャガイモ | 牛肉 | にんじん、玉ねぎ | ビーフシチュールー しょうゆ | バナナヨーグルト |
| | | 麦茶 | 大根サラダ | 油、レーズンパン | ちりめんじゃこ | グリーンピース、大根 | | レーズンパン |
| | | | | | ごま、ヨーグルト | きゅうり、バナナ | | 麦茶 |
| 11 | 土 | クッキー | 五目うどん | うどん | 豚肉 | 人参、玉ねぎ | しょうゆ、みりん かつおだし | フルーツヨーグルト |
| | | 牛乳 | | おせんべい | ヨーグルト | しめじ、青菜 | | おせんべい |
| | | | | | | | | 麦茶 |
| 12 | 日 | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 13 | 月 | ポーロ | ミートソーススパゲティ | スパゲティ、精白米 | 牛肉 | 玉ねぎ、大根 | コンソメ ケチャップ ソース、塩 | おにぎり |
| | | 牛乳 | スティックサラダ | じゃがいも | | マッシュルーム | | おせんべい |
| | | | ジャガイモのポターージュ | おせんべい | | きゅうり、ニンジン | | 麦茶 |
| 14 | 火 | クッキー | 親子丼 | 精白米 | 鶏肉、豆腐、牛乳 | 玉ねぎ、ごぼう、 | しょうゆ、砂糖 味噌、 | いちごサンド |
| | | 牛乳 | さんびらごぼう | ドックロール | | にんじん | | ビスケット |
| | | | 味噌汁 | 油揚げ | | | | 牛乳 |
| 15 | 水 | ビスケット | 鮭フライ | 精白米、小麦粉 | 鮭、卵、鶏肉 | 大根、ブロッコリー | 塩、しょうゆ みりん | フルーツゼリー |
| | | 麦茶 | 大根そばろ煮 | パン粉、油 | わかめ、 | | | クッキー |
| | | | かきたま汁 | | | | | 麦茶 |

※お昼の給食には毎回フルーツがつきます。

| 日付 | 曜日 | 午前のおやつ (乳児のみ) | お昼の献立 | 材料名 | | | | 午後のおやつ |
|----|----|------------------|-------------|-----------------------|----------------------------|-------------------------------------|--------------------------------|----------------------------|
| | | | | 熱や力になるもの | 血や骨になるもの | 体調を整えるもの | 調味料 | |
| 16 | 木 | おせんべい | すき焼き風煮 | 精白米、麩、 じゃがいも | 牛肉、しらす、豆腐 牛乳 | しらたき、青菜、 キウイ、いちご | しょうゆ、砂糖 味噌、 | フライドポテト おかし 牛乳 |
| | | 牛乳 | 青菜シラス和え | クッキー | | | | |
| | | | 味噌汁 | | | | | |
| 17 | 金 | ウエハース | クリームシチュー | 精白米、小麦粉、 じゃがいも | 鶏肉、ハム、牛乳、 卵 | 玉ねぎ、にんじん、 グリーンピース キャベツ、トマト | クリームシチュールー 塩 | むしばん バナナ 牛乳 |
| | | 麦茶 | 野菜サラダ | マヨネーズ | | | | |
| | | | | | | | | |
| 18 | 土 | クッキー | 野菜たっぷり焼うどん | うどん | 豚肉 | きゃべつ、人参 | しょうゆ | フルーツヨーグルト おせんべい 麦茶 |
| | | 牛乳 | | おせんべい | ヨーグルト | 玉ねぎ、しいたけ | | |
| | | | | | | | | |
| 19 | 日 | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 20 | 月 | ポーロ | 冷やし中華 | 中華めん、精白米 | 卵、ハム、 ごま、豚肉 | きゅうり、トマト にら、キャベツ | しょうゆ、 | おにぎり おせんべい 麦茶 |
| | | 牛乳 | 餃子 | 餃子の皮、 胡麻ドレッシング | | | | |
| | | | | | | | | |
| 21 | 火 | クッキー | かき揚げ丼 | 精白米、小麦粉、 スティックパン、油 | むきえび、牛乳 ヨーグルト | 玉ねぎ、にんじん、 いんげん、青菜 黄桃缶 | しょうゆ、味噌 みりん、酒 | フルーツヨーグルト スティックパン 牛乳 |
| | | 牛乳 | 青菜胡麻和え | ジャガイモ | | | | |
| | | | 味噌汁 | | | | | |
| 22 | 水 | ビスケット | 白身魚カレー風ムニエル | 精白米、小麦粉、 じゃがいも、大豆 | 白身魚、ベーコン | トマト ブロッコリー にんじん、玉ねぎ | カレー粉 ケチャップ、 コンソメ | とうもろこし せんべい 麦茶 |
| | | 麦茶 | 温野菜 | とうもろこし、せんべい | | | | |
| | | | ポークビーンズ | | | | | |
| 23 | 木 | おせんべい | ハンバーグ | 精白米、じゃがいも | 合挽きミンチ、卵 バター | 玉ねぎ、きゅうり、 ニンジン、 | ケチャップ、コンソメ、 ソース、塩、 マヨネーズ | お誕生日メニュー |
| | | 牛乳 | ポテトサラダ | とうもろこし、 小麦粉 | | | | |
| | | | コーンポタージュ | | | | | |
| 24 | 金 | ウエハース | ハヤシライス | 精白米、小麦粉 | 牛肉、牛乳 | 玉ねぎ、ニンジン マッシュルーム、きゅうり トマト、コーン | ハヤシライスルー コンソメ、塩 | フルーツ白玉 ビスケット 牛乳 |
| | | 麦茶 | きゅうりサラダ | 白玉粉、ビスケット | | | | |
| | | | | | | | | |
| 25 | 土 | クッキー | 五目焼きそば | 中華めん | 豚肉 | きゃべつ、人参 | ソース | フルーツヨーグルト おせんべい 麦茶 |
| | | 牛乳 | | おせんべい | ヨーグルト | 玉ねぎ、もやし | | |
| | | | | | | | | |
| 26 | 日 | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 27 | 月 | ポーロ | きつねうどん | うどん、 ジャガイモ | 油揚げ、かまぼこ 牛肉、 | 青菜、玉ねぎ にんじん | しょうゆ、みりん 砂糖 | おにぎり おせんべい 麦茶 |
| | | 牛乳 | 肉じゃが | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 28 | 火 | クッキー | 牛丼 | 精白米、春雨、 | 牛肉、豆腐、 ちりめんじゃこ、卵 ゴマ油 | 玉ねぎ、にんじん しいたけ | しょうゆ、砂糖、 中華だし | ホットケーキ オレンジ 牛乳 |
| | | 牛乳 | 変わり冷ややっこ | | | | | |
| | | | 中華スープ | | | | | |
| 29 | 水 | ビスケット | 鮭ソテー | 精白米、かぼちゃ | 鮭、バター、油 | 大根、にんじん | しょうゆ、砂糖 | ハムサンド |
| | | 麦茶 | かぼちゃ甘煮 | 食パン | ハム、豆腐 | ごぼう、こんにゃく | 味噌 | |
| | | | けんちん汁 | | | | | |
| 30 | 木 | おせんべい | 豚しょうが焼き | 精白米、大豆 | 豚肉、チーズ | 生姜、きゅうり、 にんじん | しょうゆ、みりん 味噌、マヨネーズ | フルーツゼリー クッキー 麦茶 |
| | | 牛乳 | 大豆サラダ | クッキー | 豆腐、わかめ | | | |
| | | | 味噌汁 | | | | | |

※お昼の給食には毎回フルーツがつきます。

<給食の先生から>

5月27日(金)から、給食の展示が始まりました！
玄関入口の掲示板下に展示していますが、みなさんご覧いただけましたか？
栄養バランスのよいおいしい給食を作りながら、また園児のみなさんが見て楽しめる給食を
日々作っていますので、ぜひ毎日チェックしてみてください。
よろしく願いいたします。

