

令和元年6月分 幼保連携型認定こども園 瑠璃こども園予定献立表

食中毒予防はまず手洗いから...



6月は食育月間です

食育基本法は、平成17年6月に制定されました。そのため、毎年6月は食育月間として、日頃の食について振り返り、食への取り組み方を考える時期になっています。この機会にご家庭でも食生活について話し合ったり、食に関するイベントなどに足を運んでみたりしてはいかがでしょうか。



旬の食材
カレイ あなご
トマト ピーマン
さやいんげん
たまねぎ
きゅうり には
びわ メロン

手作りおやつ

5日 たこじゃが風 12日 ぶどうゼリー
19日 カタツムリサンド 25日 サーターアンダギ



土
1 フォー・ガーもどき (ハトナムでよく食べられる鶏肉の入った麺料理) バナナ 干しうどん(乾)
△鶏もも肉
たまねぎ にんじん △干しいたけ ねぎ バナナ

月	火	水	木	金	
3 豚肉のしょうが焼き ナムル みそ汁(には)	4 白身魚のケチャップ煮 キャロットサラダ とんじゃがスープ	5 照り焼きチキン ほうれん草のおかかあえ みそ汁(もずく) たこじゃが風	6 鱈の塩焼き きゅうりこんぶ 肉団子の根菜汁	7 カレーシチュー スパゲティーサラダ(ツナ) メロン	8 パン・ジュース・バナナ
未満児(米) 〇油 〇さとう 〇ごま油	未満児(米) 小麦粉 〇油 〇さとう かたくり粉 〇オリーブ油 じゃがいも	未満児(米) じゃがいも かたくり粉 小麦粉 〇油	未満児(米) 〇油	未満児(米) じゃがいも 〇油 スパゲティー(乾) △マヨネーズドレッシング △いりごま	
△豚もも肉 〇油揚げ 〇みそ	白身魚 △豚もも肉	△鶏もも肉 〇削りかつお 絹ごし豆腐 〇みそ 〇もずく(生) 〇青のり	△さわら △塩昆布	△牛もも肉 △ツナ缶(油漬)	
こまつな もやし にんじん たまねぎ なす には ×しょうが	にんじん きゅうり スイートコーン(粒・冷) たまねぎ ねぎ	ほうれん草 にんじん たまねぎ キャベツ ねぎ スイートコーン(粒・冷)	きゅうり にんじん ごぼう ねぎ だいこん ×肉団子(冷)	たまねぎ にんじん グリンピース(冷) きゅうり スイートコーン(粒・冷) メロン	
10 牛肉の卵とじ 蒸シューマイ ブロッコリーの昆布茶和え	11 沖縄かき揚げ 切り干し大根の煮物 すまし汁(大根)	12 麻婆豆腐 人参しりしり 揚げ大豆とじゃこのさっと煮 ぶどうゼリー	13 筑前煮 すまし汁(卵豆腐) バナナ	14 ハワイアンポークステーキ ほうれん草サラダ かぼちゃのポタージュ	15 肉うどん バナナ
未満児(米) ふ(乾) 〇糸こんにゃく 〇油 〇さとう 〇ごま油	未満児(米) 小麦粉 かたくり粉 〇油 〇さとう	未満児(米) 〇油 かたくり粉 〇さとう	未満児(米) 〇油 〇さとう	未満児(米) 〇油 △マヨネーズドレッシング 〇バター 小麦粉	うどん(ゆで) 〇さとう
△牛もも肉 〇たまご △昆布茶	ちりめんじゃこ 〇もずく(生) △鶏もも肉 〇油揚げ	木綿豆腐 △豚ひき肉 〇赤みそ △ツナ缶(油漬) 〇大豆(水煮) ちりめんじゃこ 粉寒天	△鶏もも肉 たまご豆腐 〇カットわかめ(干)	△豚もも肉 ロースハム 〇牛乳	△豚もも肉
にんじん たまねぎ ねぎ ブロッコリー ×シューマイ	×ゴーヤ たまねぎ かぼちゃ 白ねぎ △切り干し大根 にんじん △しめじ △干しいたけ グリンピース(冷) だいこん	にんじん たまねぎ ピーマン ×しょうが △干しいたけ ねぎ もやし ぶどうジュース	だいこん にんじん れんこん ごぼう ×たけのこ(水煮) グリンピース(冷) △干しいたけ △しめじ △えのき茸 ねぎ バナナ	たまねぎ ピーマン パイン缶 ほうれん草 にんじん かぼちゃ パセリ(乾)	たまねぎ にんじん △しめじ ねぎ バナナ
17 鶏肉のパン粉焼き かぼちゃサラダ わかめスープ	18 さけの黄金焼き 拌三絲 すまし汁(大根)	19 プルコギ ビーフンスープ ゆでとうもろこし カタツムリサンド	20 姫路風おでん キャベツの甘酢 オレンジ	21 さんまの塩焼き 五目煮 豚肉と玉ねぎのみそ汁	22 パン・ジュース・バナナ
未満児(米) パン粉(乾) 〇オリーブ油 △マヨネーズドレッシング	未満児(米) △マヨネーズドレッシング 〇はるさめ(乾) 〇さとう	未満児(米) 〇さとう 〇ごま油 △いりごま ビーフン(乾) 〇油 食パン	未満児(米) じゃがいも 〇こんにゃく 〇さとう △いりごま	未満児(米) さといも(冷) 〇こんにゃく 〇さとう 〇油 さつま芋	
△鶏もも肉 △粉チーズ ロベーコン 〇カットわかめ(干)	さけ ロースハム ×ちくわ	△牛もも肉 ×ちくわ	△牛もも肉 ×ひら天 〇カットわかめ(干) ちりめんじゃこ	△さんま 〇油揚げ △豚もも肉 〇みそ	
×にんにく レモン(果汁) パセリ(乾) かぼちゃ にんじん きゅうり とうがん	にんじん きゅうり だいこん △えのき茸 ねぎ	×しょうが ×にんにく たまねぎ には はくさい にんじん △しめじ 白ねぎ とうもろこし 伊コジャム	だいこん にんじん ×しょうが キャベツ きゅうり オレンジ	だいこん にんじん △干しいたけ グリンピース(冷) たまねぎ ねぎ	
24 誕生日会 ピラフ もずくのスープ ケーキ	25 冷麦 天ぷら バナナ サーターアンダギ	26 あじのエスカベージュ コーンキャベツ 豆乳チャウダー	27 手作りチキンナゲット ほうれん草ののりあえ みそ汁(ふ)	28 豚肉と野菜の元気ダレ かき玉汁 枝豆の塩茹で	29 チャンポン焼き バナナ
米 〇油	未満児(米) ひやむぎ(乾) 〇さとう 小麦粉 かたくり粉 〇油 さつま芋 ホットケーキミックス 〇黒砂糖	未満児(米) 〇油 〇さとう じゃがいも 小麦粉	未満児(米) 小麦粉 〇油 ふ(乾)	未満児(米) 〇油 〇さとう 〇ごま油 △いりごま	中華めん(焼きそば用・ゆで) うどん(ゆで) 〇油
〇もずく(生) △鶏もも肉 木綿豆腐	△ツナ缶(油漬) ×ちくわ 〇たまご 〇牛乳	△あじ ロベーコン △鶏もも肉 豆乳(調整豆乳)	△鶏ひき肉 木綿豆腐 〇たまご 〇みそ 〇きざみのり	△豚もも肉 〇みそ 〇たまご 絹ごし豆腐	△豚もも肉 〇青のり 〇削りかつお
たまねぎ にんじん ピーマン △しめじ チンゲン菜	キャベツ オクラ にんじん スイートコーン(粒・冷) バナナ	きゅうり たまねぎ トマト キャベツ にんじん スイートコーン(粒・冷) だいこん △しめじ	ほうれん草 にんじん はくさい ねぎ	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン ×しょうが りんご ×にんにく △しめじ ねぎ えだまめ	にんじん たまねぎ キャベツ バナナ



※献立名の下の3つの枠は上段が熱や力になるもの、中段が血や肉・骨をつくるもの、下段が体の調子を整えるものです。
※離乳食に使用している食品の区分表示 無印...生後5~6カ月頃・〇...生後7~8カ月頃・△生後9~11カ月頃・□...生後12~18カ月頃・×...使用しない
※🍷 手作りおやつは予定ですので変更になる場合もあります。また仕入れの都合上、くだもの変更がある場合があります。ご了承ください。