



6月 予定献立表(幼児)



※午前おやつは1・2歳児のみです。

えがお保育園

日付 曜日	午前のおやつ	昼 食	午後のおやつ	昼食に使う主な食材		
				血や肉になるもの	カや体温になるもの	体の調子を調えるもの
1 水	麦茶 クッキー	ごはん・みそ汁・かぼちゃソテー 白身魚のムニエル・野菜の洋風煮	じゃがいものお好み焼き 牛乳	挽肉 魚(サワラ)	米	キャベツ・人参・かぼちゃ・インゲン 玉ねぎ・ナス・トマト
2 木	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁・キャベツの中華サラダ 青菜のそぼろ炒め	マカロニきなこと 牛乳	ワカメ 挽肉	米	切干大根・キャベツ・人参・もやし 玉ねぎ・竹の子・小松菜・赤ピーマン
3 17 金	麦茶 クッキー	ごはん・中華スープ チキンソテーネギソース 春雨の和え物	緑のドーナツ ジョア(マスカット)	鶏肉	米 春雨	もやし・ニラ 長ネギ・玉ねぎ・小ネギ 人参・きゅうり・キクラゲ
4・18 土		ジャムパン・ヨーグルト バナナ				
6 20 月	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 豚肉の香り焼き レンコン金平	ピザトースト 牛乳	豚肉	米	大根 玉ねぎ・小松菜・長ネギ・ミニトマト レンコン・人参
7 21 火	麦茶 クッキー	カレーうどん 塩昆布和え オレンジ	7日)そら豆 ゆかりおにぎり 牛乳	豚肉	うどん	玉ねぎ・人参・長ネギ オクラ・きゅうり・白菜 オレンジ
8 22 水	麦茶 クッキー	ごはん・みそ汁 手作りハンバーグ(レバー入り) キャベツのさっぱりサラダ	フライドおさつ 牛乳	挽肉・レバー	米	かぼちゃ・長ネギ 玉ねぎ・マッシュルーム・ピーマン キャベツ・人参・きゅうり
9 木	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁・厚揚げと切昆布の煮物 サケの塩焼き・ブロッコリー	野菜ポッキー 牛乳	厚揚げ・切昆布 魚(サケ)	米	白菜・しめじ・竹の子・人参 ブロッコリー
23 木 誕生会	麦茶 せんべい	サケと青菜のちらし寿司 揚げ豆腐のあんかけ すまし汁・オレンジ	誕生日ケーキ 牛乳	魚(サケ) 豆腐・挽肉 麩	米	小松菜 長ネギ・白菜・人参 人参・小ネギ・オレンジ
10 24 金	麦茶 せんべい	ごはん・中華スープ 揚げ豚と野菜のケチャップあん(酢豚風) 彩りナムル	かぼちゃ春巻 牛乳	ワカメ 豚肉	米 じゃがいも	コーン 玉ねぎ・人参・ピーマン もやし・チンゲン菜・人参
11・25 土		ジャムパン・ヨーグルト バナナ				
13 27 月	麦茶 クッキー	ごはん・みそ汁 豚肉の生姜焼き 切干大根煮	りんごヨーグルト &クッキー 麦茶	豆腐・ワカメ 豚肉 油揚げ	米	玉ねぎ・ニラ 切干大根・人参・椎茸・インゲン
14 28 火	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 鶏肉とかぶの煮付け ひじきともやしの和え物	そうめん汁 牛乳	油揚げ 鶏肉 ひじき	米・里芋	かぶ・人参・長ネギ・絹さや もやし・きゅうり・キャベツ
15 29 水	麦茶 クッキー	ごはん・みそ汁 魚のフライ・ミニトマト コールスローサラダ	15日)クリームラスク 共通)牛乳 29日)じゃがもち	麩 魚(アジ)	米	なめこ ミニトマト キャベツ・玉ねぎ・人参・コーン
16 30 木	麦茶 せんべい	ハヤシライス 大根サラダ グレープフルーツ	あじさいゼリー &せんべい 牛乳	豚肉 ワカメ	米	玉ねぎ・マッシュルーム・グリーンピース 大根・水菜 グレープフルーツ

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★延長保育にはお菓子と飲み物がつきます。



6月 予定献立表(乳児)



《準備食》

えがお保育園

日付 曜日	午前のおやつ	昼 食	午後のおやつ	昼食に使う主な食材		
				血や肉になるもの	カや体温になるもの	体の調子を調えるもの
1 水	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁・かぼちゃソテー 白身魚のムニエル・野菜の洋風煮	じゃがいものお好み焼き 牛乳	魚(サワラ)	米	キャベツ・人参・かぼちゃ・インゲン 玉ねぎ・ナス・トマト
2 木	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁・キャベツの中華サラダ 青菜のそぼろ炒め	マカロニきなこ 牛乳	ワカメ 挽肉	米	切干大根・キャベツ・人参・もやし 玉ねぎ・小松菜・赤ピーマン
3 17 金	麦茶 せんべい	ごはん・中華スープ チキンソテーネギソース 春雨の中華サラダ	緑の蒸しパン 牛乳	鶏肉	米 春雨	もやし・ニラ 長ネギ・玉ねぎ・小ネギ 人参・きゅうり・キクラゲ
6 20 月	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 白身魚の香り蒸し レンコン金平風	ピザトースト 牛乳	魚(タラ)	米	大根 玉ねぎ・小松菜・長ネギ・ミニトマト レンコン・人参
7 21 火	麦茶 せんべい	煮込みうどん 塩昆布和え オレンジ	7日)そら豆 ゆかりおにぎり 牛乳	挽肉	うどん	玉ねぎ・人参・長ネギ・絹さや オクラ・きゅうり・白菜 オレンジ
8 22 水	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 手作りチキンバーグ キャベツのサラダ	ふかし芋 牛乳	挽肉・豆腐	米	かぼちゃ・長ネギ 玉ねぎ・マッシュルーム・ピーマン キャベツ・人参・きゅうり
9 木	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁・豆腐と切昆布の煮物 サケの塩焼き・ブロッコリー	野菜ポッキー 牛乳	豆腐・切昆布 魚(サケ)	米	白菜・しめじ・人参 ブロッコリー
23 木 誕生会	麦茶 せんべい	鮭と青菜のちらし寿司 豆腐のあんかけ すまし汁・オレンジ	誕生日ケーキ 牛乳	魚(サケ) 豆腐・挽肉 麩	米	小松菜 長ネギ・白菜・人参 人参・小ネギ・オレンジ
10 24 金	麦茶 せんべい	ごはん・中華スープ 挽肉と野菜のケチャップあん 彩リナムル風	かぼちゃ春巻 牛乳	ワカメ 挽肉	米 じゃがいも	コーン 玉ねぎ・人参・ピーマン もやし・チンゲン菜・人参
13 27 月	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 肉野菜炒め 切干大根煮	りんごヨーグルト 麦茶	豆腐・ワカメ 挽肉	米	玉ねぎ・ニラ 切干大根・人参・椎茸・インゲン
14 28 火	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 鶏肉とかぶの煮付け ひじきともやしの和え物	そうめん汁 牛乳	麩 鶏肉 ひじき	米・里芋	かぶ・人参・長ネギ・絹さや もやし・きゅうり・キャベツ
15 29 水	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 魚のパン粉焼き コールスローサラダ風	15日)せんべい 共通)牛乳 29日)じゃがもち	麩 魚(アジ)	米	なめこ ミニトマト キャベツ・玉ねぎ・人参・コーン
16 30 木	麦茶 せんべい	ワカメごはん・具だくさんスープ 大根サラダ風 グレープフルーツ	あじさいゼリー &せんべい 牛乳	ワカメ・挽肉	米・じゃがいも	玉ねぎ・マッシュルーム・グリーンピース 大根・水菜 グレープフルーツ

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★延長保育にはお菓子和飲み物がつきます。

※牛乳に関しては、ご家庭と相談の上、個別に対応しています。



6月 予定献立表(乳児)



《0歳》

えがお保育園

日付 曜日	午前のおやつ	昼 食	午後のおやつ	昼食に使う主な食材		
				血や肉になるもの	カや体温になるもの	体の調子を調えるもの
1 水	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁・かぼちやの煮物 白身魚と野菜の洋風煮	じゃがいものお焼き風 牛乳	魚(タラ)	米	キャベツ・人参・かぼちや・インゲン 玉ねぎ・ナス・トマト
2 木	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁・キャベツの煮物 青菜のそぼろ煮	マカロニきなこと 牛乳	ワカメ 挽肉	米	切干大根・キャベツ・人参・もやし 玉ねぎ・小松菜・赤ピーマン
3 17 金	麦茶 せんべい	お粥・スープ 鶏肉と野菜の煮物 春雨のとろとろ煮	緑の蒸しパン 牛乳	鶏肉	米 春雨	もやし・ニラ 長ネギ・玉ねぎ・小ネギ・絹さや 人参・きゅうり
6 20 月	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 白身魚の香り煮 レンコンのやわらか煮	きなこ蒸しパン 牛乳	魚(タラ)	米	大根 玉ねぎ・小松菜・長ネギ レンコン・人参
7 21 火	麦茶 せんべい	煮込みうどん 野菜の煮浸し オレンジ	7日)そら豆 ゆかり粥 牛乳	挽肉	うどん	玉ねぎ・人参・絹さや・長ネギ オクラ・きゅうり・白菜 オレンジ
8 22 水	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 鶏つくねのあんかけ キャベツの煮浸し	ふかし芋 牛乳	鶏肉・豆腐	米	かぼちや・長ネギ 玉ねぎ・マッシュルーム・ピーマン キャベツ・人参
9 木	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁・ブロッコリーの煮浸し 白身魚と豆腐の煮物	キャロット蒸しパン 牛乳	魚(タラ)・豆腐	米	白菜・しめじ・ブロッコリー・人参 玉ねぎ・絹さや
23 木 誕生会	麦茶 せんべい	しらすと青菜のお粥 豆腐のあんかけ すまし汁・オレンジ	誕生日ケーキ 牛乳	しらす 豆腐 麩	米	小松菜 長ネギ・白菜・人参 人参・小ネギ・オレンジ
10 24 金	麦茶 せんべい	お粥・スープ 肉じゃが 三色煮浸し	かぼちや茶巾 牛乳	ワカメ 挽肉	米 じゃがいも	コーン 人参・玉ねぎ もやし・チンゲン菜・人参
13 27 月	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 肉野菜煮 ゆで干し大根煮	りんごゼリー 麦茶	豆腐・ワカメ 挽肉	米	玉ねぎ・ニラ・人参 切干大根・椎茸・インゲン
14 28 火	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 鶏肉とかぶの煮物 ひじきともやしの煮浸し	そうめん汁 牛乳	麩 鶏肉 ひじき	米・里芋	かぶ・人参・絹さや もやし・きゅうり・キャベツ
15 29 水	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 白身魚とインゲンの煮物 キャベツのサラダ風	15日)せんべい 共通)牛乳 29日)じゃがもち	麩 魚(タラ)	米	なめこ 玉ねぎ・ミニトマト・インゲン 人参・キャベツ・コーン
16 30 木	麦茶 せんべい	ワカメ粥・具だくさんスープ 大根サラダ風 グレープフルーツ	あじさいゼリー &せんべい 牛乳	ワカメ・挽肉	米・じゃがいも	玉ねぎ・マッシュルーム・グリーンピース 大根・水菜 グレープフルーツ

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★延長保育にはお菓子と飲み物がつきます。

※牛乳に関しては、ご家庭と相談の上、個別に対応しています。