



6月 給食献立表



		2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
昼食	普通食	揚げ豆腐	鮭のカレームニエル	ミートローフ	クリームスープパスタ	ローストチキン	納豆
		大豆とひじきの煮物	トマトとレタスのサラダ	野菜添え	ロールパン	カミカミサラダ	豚汁
		味噌汁	きのこスープ	ジュリエンスープ	オレンジ	玉子スープ	バナナ
	離乳食	豆腐とツナの煮物	魚のカレー煮	つくね焼	マカロニのクリーム煮	ささ身の和風煮	納豆
		人参とじゃが芋の煮物	胡瓜と南瓜の煮物	ブロッコリーと人参の煮物	大根とさつま芋の煮物	胡瓜と人参の煮物	味噌汁
		味噌汁	きのこスープ	キャベツのスープ	すまし汁	すまし汁	バナナ
おやつ	普通食	黒糖味噌ケーキ	デラウェア	するめ・お菓子	プリン	まあるいクラッカー	お菓子・牛乳
	離乳食	茹でさつま芋	茹で豆腐とちりめんじゃこ	茹でじゃが芋とインゲン	茹でなすと胡瓜	茹で大根とツナ	お菓子
		9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
昼食	普通食	豚の南部焼	魚のあんかけ	パン・オムレツ	台湾ラーメン	鶏肉の照焼	ピピンパ丼
		かぼちゃサラダ	ブロッコリーサラダ	春雨サラダ	ヨーグルト和え	切干大根のサラダ	玉子スープ
		味噌汁	すまし汁	クリームシチュー		呉汁	バナナ
	離乳食	ささ身のごま煮	魚のあんかけ	高野豆腐の煮物	豆腐とナスの煮物	ささ身の玉ねぎソース	そぼろ丼
		南瓜とほうれん草の煮物	ブロッコリーとじゃが芋の煮物	胡瓜と人参の煮物	さつま芋とりんごの煮物	大根と人参の煮物	すまし汁
		味噌汁	すまし汁	クリームシチュー	すまし汁	味噌汁	バナナ
おやつ	普通食	ココア蒸しパン	オレンジ・お菓子	おにぎり	豆乳プチクッキー	桃のミルクケーキ	お菓子・牛乳
	離乳食	茹でじゃが芋とインゲン	茹でさつま芋	茹でかぼちゃ	茹でナスときゅうり	茹で豆腐とちりめんじゃこ	お菓子
		16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
昼食	普通食	豚肉のパン粉焼	サバの味噌焼	鶏肉のすっぱ煮	ハヤシライス	松風焼	納豆
		ほうれん草のナムル	わかめの酢の物	ひじきサラダ	野菜サラダ	もやしと胡瓜のごま和え	じゃが芋の味噌汁
		トマトと卵のスープ	根菜汁	春雨スープ	オレンジ	かき玉汁	バナナ
	離乳食	ささ身の豆乳煮	魚の味噌煮	ささ身のりんごソース	ハヤシライス	つくね焼	納豆
		ほうれん草と人参の煮物	胡瓜とじゃが芋の煮物	南瓜と人参の煮物	ブロッコリーの煮物	胡瓜とさつま芋の煮物	じゃが芋の味噌汁
		トマトのスープ	味噌汁	春雨スープ	バナナ	すまし汁	バナナ
おやつ	普通食	するめ・お菓子	ツナサンドパン	デラウェア	くるくるスナックブリ塩	ココアクッキー	お菓子・牛乳
	離乳食	茹で大根とツナ	茹でさつま芋	茹でじゃが芋とちりめんじゃこ	お菓子	茹でほうれん草と人参	お菓子
		23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
昼食	普通食	鮭の香味焼	豆乳和風ハンバーグ	パン・タンドリーチキン	牛肉ときこのうどん	玉子焼	豚肉の甘辛丼
		根菜の煮物	三色和え	マカロニサラダ	じゃこサラダ	切干大根とひき肉の炒め煮	すまし汁
		味噌汁	中華スープ	コンソメスープ		すまし汁	バナナ
	離乳食	魚のみぞれ煮	つくね焼	鶏肉のカレー焼	マカロニの煮物	高野豆腐の煮物	そぼろ丼
		じゃが芋とほうれん草の煮物	人参とブロッコリーの煮物	胡瓜とかぼちゃの煮物	さつま芋とりんごの煮物	人参ときゅうりの煮物	すまし汁
		味噌汁	すまし汁	野菜スープ	味噌汁	すまし汁	バナナ
おやつ	普通食	バナナケーキ	オレンジ・お菓子	おにぎり	ゼリー	メロンパン	お菓子・牛乳
	離乳食	茹で豆腐とちりめんじゃこ	茹で大根とツナ	茹でじゃが芋のきのりかけ	茹で胡瓜と人参	茹でかぼちゃ	お菓子
		30日(月)					
昼食	普通食	鶏肉のマリネ焼					
		ツナサラダ					
		コンソメスープ					
	離乳食	ささ身のトマト煮					
		ほうれん草とじゃが芋の煮物					
		すまし汁					
おやつ	普通食	チョコチップケーキ					
	離乳食	茹でさつま芋					

※おやつは、無添加・無着色のお菓子・手作りおやつを準備しています。

※0歳～1歳児は、段階に応じて離乳食を作っています。

※アレルギー対応は、その日のメニューに応じて準備しています。

～給食室からひとこと～

今月の食材は「するめ」です。6月4日「歯科予防の日」と言われています。

そして4日～10日までの1週間は「歯の衛生週間」となっています。

丈夫な歯を作るためには、カルシウムやビタミン、良質なたんぱく質を摂ることが大切になってきます。例えば、食物繊維の多い根菜類や海藻、小魚等があります。しっかりと噛むことであごの発達を促進し、乳歯の歯列の発達にも役立ちます。

