

# 6月の献立表

阿佐谷保育園 1歳

2018年度

毎食牛乳がつきます。ヨーグルト、牛乳を主とした献立のときは麦茶になります。

午前食

午後食

1 15 29 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>中華風味噌うどん (乾麺、玉葱、人参、キャベツ、もやし、ニラ、筍、豚挽肉、胡麻油、だし、塩、醤油、味噌)</li> <li>ほうれん草サラダ (ほうれん草、コーン、ツナ、胡麻油、砂糖、醤油、米酢)</li> <li>ミニトマト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>鮭おにぎり (米、麦、塩鮭)</li> <li>じゃが芋の磯揚げ (じゃが芋、小麦粉、片栗粉、青のり、なたね油、塩)</li> <li>果物</li> </ul>
2 16 30 (土)	<ul style="list-style-type: none"> <li>サンドイッチ</li> <li>青のりポテト</li> <li>野菜スープ (2日)</li> <li>果物</li> <li>パン</li> <li>野菜スープ</li> <li>マカロニグラタン (16日)</li> <li>ブロッコリーコーンサラダ</li> <li>果物</li> <li>チキンライス</li> <li>野菜スープ (30日)</li> <li>小松菜サラダ</li> <li>果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>土曜献立</li> </ul>
4 18 (月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>納豆ご飯 (米、麦、人参、青菜、納豆、だし、醤油)</li> <li>味噌汁 (小葱、しめじ、えのき茸、煮干し、味噌)</li> <li>じゃが芋と鶏肉の揚げ煮 (じゃが芋、片栗粉、隠元、鶏もも肉、なたね油、だし、砂糖、醤油、酒)</li> <li>わかめ酢 (胡瓜、わかめ、しらす、砂糖、塩、醤油、米酢)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>黒蜜きな粉マカロニ (マカロニ、きな粉、黒糖)</li> <li>煮ごぼう (ごぼう、煮干し、砂糖、醤油)</li> <li>果物</li> </ul>
5 19 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>食パン</li> <li>魚のパン粉焼き (小麦粉、パン粉、魚、塩、酒)</li> <li>コーンクリームスープ (じゃが芋、小麦粉、玉葱、人参、マッシュルーム、コーンクリーム缶、牛乳、なたね油、バター、だし、塩)</li> <li>キャベツサラダ (キャベツ、胡瓜、ハム、なたね油、砂糖、塩、米酢)</li> <li>ミニトマト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごぼうの炊き込みおにぎり (米、麦、人参、ごぼう、油揚げ、鶏挽肉、砂糖、塩、醤油、酒)</li> <li>大根のしらすドレッシング和え (大根、しらす、胡麻油、昆布、砂糖、醤油、米酢)</li> <li>果物</li> </ul>
6 20 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>味噌汁 (人参、かぶ、しめじ、煮干し、味噌)</li> <li>厚揚げとじゃが芋の挽肉あんかけ (じゃが芋、片栗粉、玉葱、厚揚げ、豚挽肉、なたね油、砂糖、醤油、酒、みりん)</li> <li>五目お浸し (人参、小松菜、もやし、コーン、白胡麻、だし、醤油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ミルクトースト (食パン、牛乳、バター、砂糖)</li> <li>アスパラガスのおかか和え (アスパラガス、かつお節、醤油)</li> <li>果物</li> </ul>
7 21 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>味噌汁 (人参、キャベツ、煮干し、味噌)</li> <li>焼き魚 (魚、塩、醤油、酒)</li> <li>炒り鶏 (糸こんにゃく、人参、大根、ごぼう、干し椎茸、隠元、鶏もも肉、胡麻油、だし、砂糖、塩、醤油、酒)</li> <li>小松菜の磯和え (小松菜、のり、だし、醤油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>チーズ蒸しパン (小麦粉、ベーキングパウダー、プロセスチーズ、牛乳、なたね油、砂糖)</li> <li>人参の煮物 (人参、だし、砂糖、醤油)</li> <li>果物</li> </ul>
8 22 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ミートソーススパゲッティ (スパゲッティ、小麦粉、玉葱、人参、にんにく、ピーマン、マッシュルーム、セロリ、トマト缶、豚挽肉、なたね油、バター、塩、トマトケチャップ)</li> <li>ポテトサラダ (じゃが芋、胡瓜、ハム、塩、ノンエッグマヨネーズ)</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>しらすおにぎり (米、麦、しらす、昆布)</li> <li>花豆の煮物 (花豆、砂糖、醤油)</li> <li>果物</li> </ul>
9 23 (土)	<ul style="list-style-type: none"> <li>クリームライス (9日)</li> <li>アスパラサラダ</li> <li>果物</li> <li>ピラフ</li> <li>ナムル</li> <li>スープ</li> <li>果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>土曜献立</li> </ul>
11 25 (月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>味噌汁 (人参、キャベツ、油揚げ、煮干し、味噌)</li> <li>鶏肉の酢醤油煮 (じゃが芋、鶏もも肉、なたね油、だし、昆布、砂糖、醤油、米酢)</li> <li>隠元の揚げ浸し (隠元、人参、なたね油、だし、醤油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ツナおやき (小麦粉、ベーキングパウダー、じゃが芋、ツナ、牛乳、なたね油、砂糖、味噌)</li> <li>酢ごぼう (ごぼう、煮干し、砂糖、醤油、米酢)</li> <li>果物</li> </ul>
12 26 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>食パン</li> <li>野菜スープ (玉葱、人参、しめじ、小葱、なたね油、だし、塩)</li> <li>チリコンカン (大福豆、玉葱、にんにく、セロリ、トマト缶、ベーコン、牛挽肉、なたね油、塩、トマトケチャップ)</li> <li>マセドアンサラダ (じゃが芋、人参、胡瓜、ハム、塩、米酢、ノンエッグマヨネーズ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>五目おにぎり (米、麦、人参、筍、干し椎茸、鶏挽肉、昆布、砂糖、塩、醤油、酒)</li> <li>厚揚げの煮物 (厚揚げ、だし、砂糖、醤油)</li> <li>果物</li> </ul>
13 27 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>すまし汁 (小葱、わかめ、豆腐、だし、塩、醤油)</li> <li>魚の味噌焼き (魚、小葱、砂糖、味噌、みりん、酒)</li> <li>炒めビーフン (ビーフン、片栗粉、人参、ニラ、筍、豚挽肉、胡麻油、だし、塩、醤油、酒、オイスターソース)</li> <li>じゃが芋の煮物 (じゃが芋、だし、砂糖、醤油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>きな粉クリームサンド (食パン、きな粉、牛乳、バター、砂糖)</li> <li>蒸し南瓜 (南瓜)</li> <li>果物</li> </ul>
14 28 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>味噌汁 (玉葱、じゃが芋、わかめ、煮干し、味噌)</li> <li>鶏の唐揚げ (片栗粉、にんにく、生姜、鶏もも肉、胡麻油、なたね油、砂糖、塩、醤油、オイスターソース)</li> <li>ごぼうこんにゃく煮 (糸こんにゃく、ごぼう、干し椎茸、だし、砂糖、醤油、みりん)</li> <li>青菜のおかか和え (小松菜、人参、かつお節、醤油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ロックケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、バター、ヨーグルト)</li> <li>かぶのゆかり和え (かぶ、ゆかり、塩)</li> <li>果物</li> </ul>

※材料の都合により献立を変更することがありますのであらかじめご了承下さい。

※土曜日は幼児給食を展開し、1歳児に合わせた食事を提供します。

## 今月使用している旬の食材

アスパラガス、隠元、かぶ、南瓜、キャベツ、胡瓜、ミニトマト、ピーマン、じゃが芋、さわら