



6月 給食献立表



※材料の都合により献立が変更になることがあります

☀はお誕生日会です。

R6 5.31 仁摩保育園 栄養士 山崎 春香

月	火	水	木	金	土	
<p>だんだん気温の高い日が多くなってきたこれからの時期は食欲が落ちがちです。 保育園でも夏野菜を使ったメニューを取り入れて、子どもたちが少しでも食べやすいように工夫していこうと思います。 またこの時期は汗をよくかくのでこまめな水分補給ができるといいですね^^</p>					1日	チャーハン スープ
3日 チキンビーンズ オクラのおかか和え 切干大根煮 (お好み焼き)	4日 チャプチェ ほうれん草のナムル 中華スープ (豆乳バナナケーキ)	5日 魚の南蛮漬け 春雨サラダ 野菜スープ (大豆かりんとう)	6日 オムレツ かみかみ和え なすのみそ汁 (おにぎり)	7日 カレーライス ツナサラダ チーズ (ピザトースト)	8日	きつねうどん 和え物
10日 鶏だんごスープ ちくわの磯部揚げ こんにゃくの土佐煮 (ヨーグルトスコーン)	11日 親子煮 きゅうりの酢の物 きんぴらごぼう (フルーツポンチ)	12日 魚のウスターソース焼き バンサンスー じゃがいものみそ汁 (おにぎり)	13日 八宝菜 小松菜サラダ あらめ煮 (マーブル蒸しぱん)	14日 3・4・5歳児 お弁当の日 0・1・2歳児 大豆の五目煮 スパゲッティサラダ オクラのゴマ和え (クッキー)	15日	炊き込みご飯 みそ汁
17日 鶏肉のマリネ ほうれん草サラダ 豆腐のみそ汁 (お麩スナック)	18日 ポークビーンズ マカロニサラダ 切り干し大根煮 (きなこトースト)	19日 鮭のちゃんちゃん焼き 小松菜のゴマ和え 玉ねぎのみそ汁 (キラキラゼリー)	20日 豚肉の生姜焼き フライドポテト 大豆サラダ (おにぎり)	☀ 21日 ハンバーグ コーンスロー コンソメスープ (誕生日ケーキ)	22日	ミートスパゲッティ サラダ
24日 ポトフ 小松菜の納豆和え スパゲッティソテー (おにぎり)	25日 麻婆豆腐 和風サラダ 金時豆煮 (黒糖きなこ蒸しぱん)	26日 クッキング 豚汁 春雨の酢の物 ひじきの炒り煮 (ジャムサンド)	27日 炒り豆腐 キャベツサラダ レバーの生姜煮 (どらやき)	28日 肉じゃが キャベツの昆布和え 卵焼き (焼きそば)	29日	中華丼 和え物