



平成27年度6月 給食献立予定表



認定こども園
あゆのさと

日 曜	幼児 牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	上段 乳児	
			赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	黄 熱と力になるもの		下段 エネルギー	幼児 たんぱく質
1月	○	麦ごはん 果物		果物	米 押麦	麦茶	533	25.6
		鮭のみそ焼き 大豆の磯に すまし汁	鮭 みそ 大豆 ひじき 油揚げ 豆腐	フロッコリー 人参 枝豆 えのき ねぎ	砂糖	サンドパン	597	28.3
2火	○	食パン ミニゼリー			食パン	麦茶	522	23.4
		照り焼きチキン 干切りキャベツ フライドポテト コーン豆乳スープ	鶏もも肉 豆乳	キャベツ コーン 玉ねぎ 人参	じゃがいも 油	おにぎり	559	25.2
3水	○	カレーライス	豚もも肉	玉ねぎ 人参 いんげん	じゃがいも カレールウ	麦茶	563	21.3
		チーズサラダ かみかみ昆布 ヨーグルト	チーズ こんぶ ヨーグルト	キャベツ 人参 きゅうり レモン	砂糖 油	バナナ	588	21.4
4木	○	麦ごはん 果物		果物	米 押麦	麦茶	557	23.1
		さばの塩焼き 切干大根の煮 豆腐とあおさのみそ汁	さば 油揚げ 豆腐 あおさ みそ	切干大根 人参 いんげん 玉ねぎ	油 砂糖	お米のケーキ	591	24.4
5金	○	麦ごはん 果物		果物	米 押麦	麦茶	520	22.5
		ミートローフ コーンサラダ 大根のみそ汁	豚ひき肉 ロースハム 油揚げ みそ	玉ねぎ 人参 椎茸 いんげん コーン 人参 きゅうり 大根 ねぎ	油 じゃがいも マヨネーズ	ポップコーン するめいか	572	24.4
6土	○	中華丼	豚もも肉 なたと	人参 いんげん キャベツ 玉ねぎ 椎茸	米 油 片栗粉	麦茶	527	18.2
		わかめのレモン和え 野菜スープ 果物	わかめ ツナ	キャベツ レモン 人参 玉ねぎ チンゲン菜 コーン	砂糖 じゃがいも	クッキー	557	18.5
8月	○	ロールパン 果物		果物	ロールパン	麦茶	559	22.5
		ポテトグラタン ごぼうとツナのサラダ 人参ポタージュ	ウインナー 牛乳 生クリーム チーズ ツナ 豆乳	玉ねぎ グリンピース 人参 きゅうり ごぼう 人参 玉ねぎ	じゃがいも マヨネーズ	フルーツゼリー	592	23.8
9火	○	麦ごはん 果物		果物	米 押麦	麦茶	556	23.4
		鶏肉のマーレード焼き トマト マカロニサラダ みそ汁	鶏もも肉 ロースハム わかめ 油揚げ みそ	トマト キャベツ きゅうり 人参 もやし	マーレード マカロニ マヨネーズ	あんぱん	594	24.7
10水	○	麦ごはん 果物		果物	米 押麦	麦茶	519	20.2
		魚のコーンポテト焼き トマト フレンチサラダ わかめのスープ	白身魚 バター ツナ わかめ	玉ねぎ コーン トマト キャベツ きゅうり 人参 たけのこ えのき	じゃがいも 油 砂糖	人参クッキー	560	21.3
11木	○	ハヤシライス	豚もも肉	玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース	ハヤシルウ	麦茶	550	21.8
		パンサンスー 小魚 ミニゼリー	ロースハム 小魚	きゅうり 人参	春雨 ごま油 砂糖	ふかしじゃがいも	572	21.9
12金	○	うどん	鶏もも肉 わかめ 油揚げ	玉ねぎ 人参 椎茸 ねぎ	うどん 砂糖	麦茶	541	24.6
		竹輪の磯辺揚げ 枝豆 果物	ちくわ 青のり	枝豆 果物	小麦粉 油	コーンフレークの 牛乳かけ	574	25.3
13土	○	チャーハン	焼き豚 なたと	ねぎ 人参 ピーマン 枝豆	米 ごま油	麦茶	532	16.5
		魚肉ソーセージ トマト 春雨のスープ 果物	ソーセージ	トマト チンゲン菜 人参 玉ねぎ	春雨	せんべい	562	16.4
15月	○	麦ごはん 果物		果物	米 押麦	麦茶	523	25.4
		まぐろのカレー風味揚げ 枝豆サラダ みそ汁	まぐろ みそ	枝豆 きゅうり 人参 青菜 玉ねぎ	小麦粉 油 油 砂糖 じゃがいも	ラスク	573	27.7
16火	○	黒米ごはん 果物		果物	米 黒米	麦茶	527	10.7
		たけのこバーグ 野菜のお浸し みそ汁	豚ひき肉 豆腐 油揚げ かつお節 わかめ みそ	たけのこ エリンギ ねぎ 玉ねぎ 小松菜 人参 えのき キャベツ もやし	片栗粉 砂糖	イチゴパイ	551	20.3
17水	○	麦ごはん 果物		果物	米 押麦	麦茶	538	21.2
		白身魚のオーロラソース焼き トマト パンサンスー けんちん汁	白身魚 ロースハム 鶏もも肉 油揚げ 豆腐	人参 トマト きゅうり 人参 大根 人参 ごぼう	マヨネーズ 春雨 ごま油 砂糖 じゃがいも	シリアルバー	576	23.9
18木	○	食パン 果物		果物	食パン	麦茶	527	21.4
		ミニグラタン ひじきとハムのサラダ キャベツのスープ	豚ひき肉 チーズ バター ロースハム ひじき	玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース 人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ 人参	小麦粉 パン粉 砂糖 油	おにぎり	571	22.3
19金	○	麦ごはん 果物		果物	米 押麦	麦茶	529	18.8
		チキンゲット マセドアンサラダ パスタ入りスープ	鶏もも肉 鶏ひき肉 豆腐 チーズ ベーコン	玉ねぎ きゅうり 人参 玉ねぎ 人参 コーン	片栗粉 砂糖 じゃがいも マヨネーズ マカロニ	ココア蒸しパン	581	19.6
20土	○	スパゲティナーポリタン	鶏もも肉	玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン	スパゲティ 油	麦茶	531	20.7
		枝豆 野菜スープ 果物	ベーコン	枝豆 キャベツ 人参 玉ねぎ		かし	561	21.6
22月	○	麦ごはん 果物		果物	米 押麦	麦茶	536	24.1
		魚のごま照り焼き マカロニサラダ みそ汁	白身魚 ツナ 豆腐 みそ	トマト 人参 きゅうり キャベツ ねぎ しめじ	砂糖 マカロニ マヨネーズ	くまの子パン (クリーム)	567	25.4
23火	○	麦ごはん 果物		果物	米 押麦	麦茶	544	21.5
		鶏肉のバーベキューソース焼き きゅうり カレーポテト(茹でじゃが) きのこ入りスープ	鶏もも肉	りんご レモン きゅうり 人参 玉ねぎ 小松菜 えのき	砂糖 じゃがいも	クラッカーサンド	574	22.4
24水	○	麦ごはん 果物		果物	米 押麦	麦茶	506	16.1
		お山のコロッケ トマト 切干大根のナムル けんちんみそ汁	豚ひき肉 ロースハム 鶏もも肉 豆腐 みそ	玉ねぎ トマト 小松菜 人参 切干大根 大根 人参 ごぼう	じゃがいも 小麦粉 パン粉 砂糖 ごま油 こんにゃく	なめらかプリン	611	19.2
25木	○	麦ごはん 果物		果物	米 押麦	麦茶	514	20.6
		あじのさんが焼き きのこ野菜のソテー みそ汁	あじ 豚ひき肉 みそ ベーコン わかめ みそ	ねぎ 人参 しいたけ エリンギ 人参 キャベツ 玉ねぎ	片栗粉 油 油 じゃがいも	ホットケーキ	562	21.9
26金	○	冷し中華	ロースハム かまぼこ	きゅうり もやし コーン トマト	中華生麺 ごま油 砂糖	麦茶	540	23.8
		かぼちゃの煮物 チーズ 果物	チーズ	かぼちゃ 枝豆	砂糖	きな粉団子	561	21.2
27土	○	マーボー豆腐丼	豚ひき肉 豆腐	玉ねぎ 人参 ねぎ しいたけ	米 ごま油 砂糖 片栗粉	麦茶	563	21.0
		もやしのナムル チンゲン菜のスープ ミニゼリー		もやし 人参 チンゲン菜 人参 玉ねぎ しめじ	ごま油 砂糖	クッキー	574	21.5
29月	○	麦ごはん 果物		果物	米 押麦	麦茶	521	20.7
		いかメンチ トマト 海藻サラダ みそ汁	いか ベーコン ツナ わかめ 油揚げ みそ	玉ねぎ トマト きゅうり キャベツ 人参 玉ねぎ ねぎ	パン粉 片栗粉 油 ごま油 砂糖 片栗粉 じゃがいも	ふわっとふー ミニゼリー	566	21.7
30火	○	麦ごはん 果物		果物	米 押麦	麦茶	522	22.3
		タンドリーチキン キャベツとコーンのサラダ すまし汁	鶏もも肉 ヨーグルト ロースハム わかめ	トマト キャベツ コーン 人参 たけのこ 玉ねぎ しいたけ	油 砂糖	アイスクリーム	581	24.1

※昼の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています

※ 栄養価は、お昼とおやつ合計です。幼稚園籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。

1日分平均値	乳児	幼児
脂質	17	16.4
塩分	2.1	2.2

|

|

|

|