


平成28年6月 献立予定表

※材料その他の都合により変更することもあります。

南風原はなぞの保育園

日	曜	幼児献立名	3時のおやつ	食品材料名
1	水	温野菜サラダ、ミルク、ゆで卵、フルーツ スパゲティーミートソース、チーズ	いも天ぷら、小魚 トマト、麦茶	牛ひき肉、スパゲティー、タマネギ、人参、わかめ、レタス トマト、キュウリ、卵
2	木	ご飯、ソーメン汁、フルーツ、納豆 レバー竜田揚げ、豆腐ちゃんぷるー	ぜんざい、小魚、 トマト、	レバー、ニラ、人参、豆腐、もやし シーチキン、かまぼこ、ねぎ、ソーメン、納豆
3	金	ご飯、みそ汁、納豆、フルーツ トンカツ、ポテト野菜サラダ	フランスパン、小魚 キュウリ、飲むヨーグルト	豚ひれ肉、卵、キュウリ、人参、レタス、リンゴ ジャガイモ、マカロニ、パン粉、納豆
4	土	炊き込みご飯きゅうり塩もみ、味噌汁		豚肉、椎茸、蒲鉾、人参、ねぎ、ひじき、きゅうり
6	月	ご飯、きびなご唐揚げ、フルーツ ヘチマ味噌煮、かぼちゃ、納豆	砂糖天ぷら 小魚 ミルク、とまと	ヘチマ、蒲鉾、豆腐、きびなご、シーチキン かぼちゃ、納豆
7	火	ご飯、味噌汁、すき焼き風煮物、納豆 フルーツ、もやしときゅうりの和え物	かぼちゃ天ぷら 小魚 きゅうり 麦茶	牛肉、白菜、しらたき、春雨、豆腐、わかめ、 玉ねぎ、もやし、人参、きゅうり、卵、納豆
8	水	ご飯、みそ汁、納豆、フルーツ チキンフライ、ポテト野菜サラダ	トウモロコシ、小魚 キュウリ、ミルク	手羽元、卵、じゃがいも、人参、リンゴ、マカロニ キュウリ、豆腐、レタス、小麦粉、マヨネーズ、納豆
9	木	スティックチーズ、フルーツ 冷やし中華、アーサー汁、温野菜サラダ	バターパン、小魚 トマト、飲むヨーグルト	中華麺、トマト、モヤシ、ワカメ、ハム、キュウリ卵、豆腐 アーサー
10	金	お弁当会	タンナファクルー 小魚 固形ヨーグルト トマト	
11	土	ミルク、フルーツ カレーライス、キュウリ塩もみ		豚肉、じゃがいも、人参、玉葱、小麦粉、カレールー グリーンピース、ピーマン、脱脂粉乳、きゅうり、卵、
13	月	ミルク、フルーツ ハヤシライス、キュウリ塩もみ	スティック菓子、小魚、 ミルク、きゅうり	牛肉、人参、たまねぎ、ハヤシルー、福神漬け グリーンピース、脱脂粉乳
14	火	ご飯、みそ汁、フルーツ、納豆 焼き肉、ポテト野菜サラダ	煮豆、小魚、キュウリ 固形ヨーグルト	豚Bロース、ニンニク、しょうが、キュウリ、人参ジャ イモ、マカロニ、レタス、卵、リンゴ、納豆
15	水	親子丼、アーサー汁、フルーツ、 ワカメとしらすの酢の物	大学いも、小魚、キュウリ お茶	鳥もも、白カマボコ、椎茸、玉葱、人参、卵、 ワカメ、グリーンピース、しらす、きゅうり、アーサー、豆腐
16	木	ご飯、アサリ汁、フルーツ、納豆 イカ味噌煮、ゴーヤチャンプルー	かき揚げ、トマト、健康茶	ロールイカ、ニラ、ゴーヤ、人参、豆腐カマボコ、シーチ ン、卵、シジミ、納豆
17	金	ご飯 味噌汁、納豆、フルーツ サンマフライ 温野菜サラダ	胚芽ロールパン、小魚 きゅうり、飲むヨーグルト	サンマ開き、もやし、人参、きゅうり、卵 小麦粉、玉ねぎ、トマト、わかめ、大根、納豆
18	土	沖縄そば、リンゴ		ゆでそば、三枚肉、ネギ、出し骨、リンゴ
20	月	ご飯、納豆、きゅうりの和え物 豚汁、キビナゴ唐揚げ、フルーツ	くずもち、小魚、キュウリ ミルク	豚肉、ジャガイモ、人参、蒲鉾、大根、キビナゴ、小麦粉 豆腐、コンニャク、ごぼう、きゅうり、シーチキン、大豆
21	火	ご飯、みそ汁、フルーツ、ポテトサラダ コーンクリームコロッケ、納豆	蒸しいも、きゅうり、 ミルク 小魚	コーン缶、脱脂粉乳、バター、レタス、キュウリ、人参 卵、マカロニ、りんご、マヨネーズ、小麦粉、納豆
22	水	ご飯 そーめん汁 イカ味噌煮 野菜ちゃんぷる フルーツ	ポーポー、小魚、 キュウリ、ミルク	ロールイカ、にんにくの葉、人参、蒲鉾、 豆腐、麩、シーチキン、そーめん
23	木	慰霊の日		
24	金	ご飯、ゆし豆腐、フルーツ、納豆 ひじき甘辛煮、カボチャ含め煮	レーズンパン トマト 飲むヨーグルト 小魚	豚ひき肉、ひじき、人参、カマボコ、いんげん こんにゃく、ゆし豆腐、ねぎ、かぼちゃ、納豆
25	土	炊き込みご飯きゅうり塩もみ、味噌汁		豚肉、椎茸、蒲鉾、人参、ねぎ、ひじき、きゅうり
27	月	ご飯 ゆし豆腐 かぼちゃ含め煮 クービイリチー 納豆 フルーツ	ホットケーキ、小魚 トマト、ミルク	三枚肉、切り昆布、千切り大根、こんにゃく、 納豆、かぼちゃ、蒲鉾、豆腐、ねぎ、
28	火	スティックチーズ、フルーツ 冷やし中華、アーサー汁、温野菜サラダ	ポテトフライ ミルク トマト	中華麺、トマト、モヤシ、ワカメ、ハム、キュウリ卵、豆腐 アーサー
29	水	野菜入玉子焼き きゅうりの和え物 チキンスープ フルーツ	ひらやーち きゅうり ミルク	卵、人参、長ネギ、ねぎ、鶏首骨、玉ねぎ マッシュルーム、コーン、パセリ
30	木	赤飯、キュウリ和え物、きんぴらゴボウ イナムルチ、揚げ豆腐、フルーツ	蒸しパン、小魚、きゅうり ミルク	豚ぐーやー肉、白カマボコ、タケノコ、椎茸、人参、小豆 コンニャク、千切りゴボウ、キュウリ、豆腐、シーチキン

