6月行事・献立予定

令和６年度　こどもパル

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	朝のおやつ	３時のおやつ
1	土				牛乳　せんべい	りんごジュース サブレ
3	月	身体測定	親子うどん きんぴらごぼう ウインナー　オレンジ	うどん　鶏肉　卵　玉ねぎ　人参　かまぼこ　ねぎ ごぼう　ピーマン　人参　こんにゃく　ひじき　ごま ウインナー　オレンジ	牛乳　バナナ	カルシウムせんべい
4	火		白身魚の磯風味揚げ キャベツの味噌ドレッシングサラダ そうめんのすまし汁　バナナ	赤魚　卵　青のり キャベツ　人参　きゅうり　コーン そうめん　わかめ　人参　ねぎ　バナナ	牛乳　せんべい	おにぎり
5	水	安全指導の日	揚げ鶏のレモン風味 切り干し大根の煮物 きゅうり漬け 麩の味噌汁　オレンジ	鶏肉　レモン 切り干し大根　人参　さつま揚げ　しいたけ きゅうり　昆布 玉ねぎ　人参　小松菜　花麩　オレンジ	牛乳 ソフトせんべい	豆乳 クリームサンド
6	木	歯科健診	野菜たっぷりハヤシライス ブロッコリーサラダ パイン	玉ねぎ　人参　牛肉　しめじ　じゃが芋　コーン　パセリ にんにく ブロッコリー　人参　レタス　きゅうり パイン	飲むヨーグルト	牛乳　メロンパン
7	金	布団持ち帰り	白身魚のフライ コールスローサラダ 小松菜の味噌汁　グレープフルーツ	おひょう　卵 きゅうり　レタス　人参　ハム　コーン　キャベツ 油揚げ　小松菜　玉ねぎ　人参　グレープフルーツ	牛乳　クッキー	ぶどうゼリー
8	土				牛乳　クラッカー	オレンジジュース あられ
10	月		スパゲティーナポリタン キャベツのドレッシングサラダ 野菜のコンソメスープ グレープフルーツ	スパゲティー　豚肉　玉ねぎ　人参　パセリ キャベツ　きゅうり　ブロッコリー 玉ねぎ　人参　ベーコン　ミルク　ほうれん草 グレープフルーツ	豆乳　あられ	牛乳 フレンチトースト
11	火		コロッケ グリーンサラダ 豆腐の味噌汁　オレンジ	じゃが芋　さつま芋　豚肉　玉ねぎ　卵 キャベツ　きゅうり　レタス　コーン 豆腐　人参　わかめ　　玉ねぎ　オレンジ	牛乳 サンドビスケット	牛乳　甘辛煎餅
12	水		筑前煮 ブロッコリーのおかか和え 小魚の佃煮　かき玉汁　オレンジ	鶏肉　いんげん　ごぼう　人参　れんこん　こんにゃく ブロッコリー　かつお節 小魚　ごま　玉ねぎ　人参　ほうれん草　卵　オレンジ	オレンジゼリー	牛乳　カナッペ
13	木	絵本貸し出し	かき揚げ かにかまぼこの酢の物 えのきのすまし汁　グレープフルーツ	しらす　玉ねぎ　さつま芋　人参　パセリ　竹輪　パセリ ひじき　卵　かにかまぼこ　人参　春雨　キャベツ　もやし　ごま えのき　わかめ　生揚げ　グレープフルーツ	牛乳 黒糖ロールパン	プリン
14	金	内科検診 布団持ち帰り	五目野菜つくね きゅうりのぼりぼり　チーズ ほうれん草のすまし汁　バナナ	鶏肉　　玉ねぎ　人参　ごぼう　れんこん　いんげん ねぎ　生姜　きゅうり　ごま　チーズ ほうれん草　えのき　玉ねぎ　バナナ	牛乳　オレンジ	豆乳 ココアラスク
15	土				牛乳　甘辛せんべい	りんごジュース クラッカー
17	月	絵本返却	ラーメン ウインナー 野菜のなめたけあえ　オレンジ	中華めん　わかめ　なると　コーン ウインナー キャベツ　人参　えのき　オレンジ	牛乳 スティックパン	キャロットゼリー
18	火		白身魚のシュンユイ さつま揚げといんげんの煮物 キャベツの味噌汁　バナナ	赤魚　生姜　ねぎ さつま揚げ　人参　いんげん キャベツ　わかめ　玉ねぎ　バナナ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 カルシウムパン
19	水	食育の日	★ビビンバ しゅうまい わかめスープ　オレンジ	豚肉　焼肉のたれ　ほうれん草　人参　もやし　ごま 玉ねぎ　人参　春雨　にんにく　生姜　しゅうまいの皮　豚肉 わかめ　ねぎ　ごま　オレンジ	牛乳　煎餅	牛乳 ★ほうれん草の蒸しパン
20	木		キャベツと豚肉の味噌炒め フライドごぼう　豆腐スープ バナナ	キャベツ　豚肉　パプリカ　ねぎ　にんにく　生姜 ごぼう　豆腐　小松菜　ねぎ バナナ	牛乳　ビスケット	豆乳　蒸しパン
21	金	布団持ち帰り	おたのしみランチ	鶏肉　玉ねぎ　人参　グリンピース　バター えび　じゃが芋　レタス　きゅうり　人参 パイン	飲むヨーグルト	フルーツパフェ
22	土				牛乳　サブレ	オレンジジュース せんべい
24	月		ジャージャー麺風パスタ ボイルブロッコリー 冬瓜スープ　オレンジ	スパゲティー　豚肉　生姜　にんにく　椎茸　玉ねぎ　ねぎ　ごま ブロッコリー 冬瓜　ねぎ　わかめ　オレンジ	牛乳　ポン菓子	フルーツヨーグルト
25	火	避難訓練	チーズハンバーグ ブロッコリーのドレッシングサラダ 野菜のコンソメスープ　バナナ	牛肉　豚肉　玉ねぎ　スパゲティー　にんにく　パセリ チーズ　牛乳　卵 ブロッコリー　人参 玉ねぎ　人参　ベーコン　コーン　バナナ	牛乳 野菜かりんとう	牛乳 マカロニあべかわ
26	水		揚げ餃子 中華和え わかめの中華スープ　オレンジ	豚肉　キャベツ　玉ねぎ　生姜　ぎょうざの皮 きゅうり　人参　もやし　ハム　春雨 もずく　玉ねぎ　人参　わかめ　オレンジ	牛乳　煎餅	豆乳　ジャムサンド
27	木		鯖の竜田揚げ たくあんサラダ 豆腐のすまし汁　パイン	鯖　生姜 いか　たくあん　人参　きゅうり　キャベツ 豆腐　玉ねぎ　ほうれん草　人参　パイン	豆乳　クラッカー	牛乳　米菓子
28	金	布団持ち帰り	肉じゃが 焼きししゃも　スティックきゅうり なめこ汁　バナナ	牛肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　こんにゃく　いんげん ししゃも　きゅうり 豆腐　なめこ　ねぎ　バナナ	ヨーグルト	牛乳 メイプルサブレ
29	土				牛乳　クラッカー	りんごジュース サブレ

おたのしみランチ･･･チキンライス　エビフライ　フライドポテト　レタスサラダ　スパソテー　パイン

食育の日のサンプル展示は2歳児です。　　2歳児の主食（ご飯）の量は80ｇです。

今月の果物はバナナ　パイン　オレンジ　グレープフルーツ　などを予定しています。

都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★印は新メニューです。