



# 6月 給食献立表



2020年度(9-11ヶ月食)

日	曜	献立名		食品名
		午前食	午後食	
1	月	5倍かゆ 春雨スープ 鶏と野菜の和え物 大豆とひじきの煮物 りんご・ミルク100cc	5倍かゆ キャベツのすまし汁 かれいの味噌煮 きな粉和え ミルク100cc	精白米 春雨 人参 わかめ だし昆布 醤油 塩 ささみ キャベツ 玉ねぎ 大豆水煮 ひじき 砂糖 りんご 調製粉乳 かれい 味噌 でん粉 きゅうり きな粉
2	火	5倍かゆ じゃが芋の味噌汁 たらのおろし煮 白菜とわかめの和え物 バナナ・ミルク100cc	5倍かゆ 野菜スープ 鶏と小松菜のマッシュポテト 大根の煮物 ミルク100cc	精白米 じゃが芋 玉ねぎ だし昆布 味噌 たら 砂糖 醤油 大根 白菜 わかめ 人参 バナナ 調製粉乳 鶏ひき肉 小松菜 塩
3	水	5倍かゆ 豆腐スープ キャベツと鶏の味噌煮 きゅうりの和え物 オレンジ・ミルク100cc	トースト 小松菜のスープ かぶとツナの煮物 かぼちゃサラダ ミルク100cc	精白米 豆腐 玉ねぎ わかめ だし昆布 醤油 塩 キャベツ ささみ 味噌 砂糖 でん粉 きゅうり 人参 オレンジ 調製粉乳 食パン 小松菜 かぶ ツナフレーク かぼちゃ
4	木	5倍かゆ 玉ねぎのすまし汁 さけの煮物 ブロッコリーサラダ りんご・ミルク100cc	5倍かゆ 大根の味噌汁 ひき肉ポテト焼き キャベツと人参のお浸し ミルク100cc	精白米 玉ねぎ ほうれん草 だし昆布 醤油 塩 さけ 大根 砂糖 ブロッコリー 人参 りんご 調製粉乳 大根 小松菜 味噌 じゃが芋 鶏ひき肉 キャベツ
5	金	野菜そうめん 鶏のトマト煮 大豆サラダ バナナ ミルク100cc	5倍かゆ ほうれん草のすまし汁 高野豆腐とツナの煮物 ひじき和え ミルク100cc	そうめん 玉ねぎ 人参 ほうれん草 だし昆布 醤油 塩 ささみ じゃが芋 玉ねぎ トマト缶 砂糖 でん粉 大豆水煮 きゅうり バナナ 調製粉乳 キャベツ 高野豆腐 ツナフレーク ひじき
6	土	5倍かゆ 白菜スープ チンゲン菜のそぼろあんかけ 大根の和え物 ミルク100cc	5倍かゆ 大根の味噌汁 たらの煮付け わかめとお麩のだし煮 ミルク100cc	精白米 白菜 わかめ だし昆布 醤油 塩 チンゲン菜 鶏ひき肉 人参 砂糖 でん粉 大根 小松菜 調製粉乳 味噌 たら 焼き麩
8	月	5倍かゆ 玉ねぎスープ ひき肉と野菜の煮込み きゅうりのサラダ りんご・ミルク100cc	5倍かゆ じゃが芋の味噌汁 大根とツナの煮物 納豆和え ミルク100cc	精白米 玉ねぎ 人参 だし昆布 醤油 塩 鶏ひき肉 じゃが芋 キャベツ 砂糖 でん粉 きゅうり 大根 りんご 調製粉乳 味噌 ツナフレーク 納豆 小松菜
9	火	5倍かゆ かぶのすまし汁 鶏の玉ねぎあんかけ キャベツの磯辺和え バナナ・ミルク100cc	5倍かゆ キャベツの味噌汁 かれいの煮物 さつま芋甘煮 ミルク100cc	精白米 かぶ だし昆布 醤油 塩 ささみ 玉ねぎ 砂糖 でん粉 キャベツ 人参 塩 あおさ バナナ 調製粉乳 かれい さつま芋
10	水	5倍かゆ わかめのすまし汁 たらの味噌煮 小松菜のお浸し オレンジ・ミルク100cc	トースト 人参スープ ブロッコリーと鶏の塩煮 大根サラダ ミルク100cc	精白米 わかめ 焼き麩 だし昆布 醤油 塩 たら 大根 味噌 砂糖 でん粉 小松菜 キャベツ 人参 オレンジ 調製粉乳 食パン 玉ねぎ ブロッコリー ささみ きゅうり
11	木	鶏と野菜の味噌うどん 豆腐煮 ごま和え りんご ミルク100cc	5倍かゆ 小松菜の味噌汁 納豆焼き ひじきの煮物 ミルク100cc	うどん 鶏ひき肉 キャベツ 玉ねぎ だし昆布 砂糖 味噌 豆腐 小松菜 醤油 きゅうり 人参 すりごま りんご 調製粉乳 精白米 納豆 じゃが芋 でん粉 油 ひじき
12	金	5倍かゆ 野菜のすまし汁 かれいの磯風味煮 かぼちゃの煮物 オレンジ・ミルク100cc	5倍かゆ わかめの味噌汁 なすのそぼろ煮 きな粉和え ミルク100cc	精白米 人参 玉ねぎ 小松菜 だし昆布 醤油 塩 かれい キャベツ あおさ 砂糖 でん粉 かぼちゃ オレンジ 調製粉乳 わかめ 味噌 なす 鶏ひき肉 きゅうり きな粉
13	土	5倍かゆ 大根の味噌汁 鶏と小松菜のあんかけ きゅうりの和え物 ミルク100cc	5倍かゆ 野菜のすまし汁 さけの煮物 高野豆腐の含め煮 ミルク100cc	精白米 大根 わかめ だし昆布 味噌 ささみ 小松菜 玉ねぎ 砂糖 醤油 でん粉 きゅうり 人参 調製粉乳 キャベツ さけ 高野豆腐
17	水	5倍かゆ ほうれん草の味噌汁 鶏とかぶの煮物 ひじきサラダ オレンジ・ミルク100cc	わかめうどん 豆腐の味噌煮 人参のごま和え ミルク100cc	精白米 ほうれん草 玉ねぎ だし昆布 味噌 ささみ かぶ 砂糖 醤油 ひじき 人参 きゅうり 塩 オレンジ 調製粉乳 うどん わかめ 塩 豆腐 鶏ひき肉 でん粉 すりごま

☆お米は国内産を使用しております。 ☆仕入れの都合上メニューを変更することがございます。ご了承ください。

6月は梅雨の影響でジメジメした湿気と気温から、いつもより疲れがたまりやすい時期です。規則正しくしっかり食事をとって、梅雨に負けない元気なカラダを作りましょう！  
また、食中毒には特に気をつけなくてはならない時期でもあります。まずはその予防策として、手洗いをしっかりと行いましょう。

