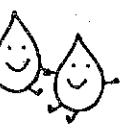




# 6月 予定献立表 & 給食だより



※1歳以上の未満児さんは、9時30分頃に牛乳がです。  
※材料の都合により、献立を変更する場合があります。  
※◎は朝おやつ、○は午後おやつの材料です。



認定こども園世羅幼稚園

日付	献立名	材料名			おやつ	日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				(◎は10時おやつ、○は午後おやつ)	(◎は10時、○は午後おやつ)	(◎は10時おやつ、○は午後おやつ)	
01 木	ごはん、すまし汁、菊花シュウマイ、和風サラダ、くだもの	じゃがいも、○砂糖、しゅうまいの皮、片栗粉、砂糖、ごま油、すりごま、米	○牛乳、○豆乳、鶏ひき肉、豚ひき肉、木綿豆腐、○ゼラチン、○牛乳	ぐだもの、キャベツ、たまねぎ、ほうれんそう、きゅうり、にんじん、カットわかめ、しょうが、干しいたけ	○牛乳、○牛乳、○ココアプリン	16 金	ごはん、すまし汁、すき焼き風煮物ごぼう入り、わかめの酢の物、くだもの	○さつまいも、さといも、○油、○砂糖、砂糖、ごま、ごま油、○ごま、米	○牛乳、牛肉(肩)、木綿豆腐、○牛乳	ぐだもの、ほくさい、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、ごぼう、にんじん、えのきたけ、ねぎ、カットわかめ	○牛乳、○牛乳、○大学芋
02 金	愛情の日	○砂糖	○牛乳○牛乳	○りんご	○牛乳、○牛乳、○アップルパイ	17 土	ごはん、すまし汁、ツナのあまから丼、くだもの	砂糖、ごま油、米	○牛乳、ツナ油漬缶、木綿豆腐、○牛乳	ぐだもの、もやし、ごまつな、○もも缶、にんじん、カットわかめ	○牛乳、○牛乳、○ゼリー
03 土	ごはん、みそ汁、野菜そぼろ丼、くだもの	油、米粉、ごま油、米	○牛乳、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、○牛乳	たまねぎ、ぐだもの、キャベツ、こまつな、にんじん、コーン缶、カットわかめ	○牛乳、○牛乳、○タルト	19 月	ごはん、ラーメン、とりのごまみそ照り焼き、サラダ、くだもの	ゆでそば、マヨネーズ、○グラニュー糖、砂糖、すりごま、ごま、米	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、豚肉(肩)、ハム、○卵、米みそ(淡色辛みそ)、○牛乳	ぐだもの、キャベツ、もやし、にんじん、コーン缶、ねぎ、カットわかめ、干しいたけ	○牛乳、○牛乳、○シュガーパイ
05 月	ごはん、すまし汁、マー婆ーなす、おからサラダ、くだもの	○米、じゃがいも、マヨネーズ、ごま油、砂糖、片栗粉、米	豚ひき肉、おから、○ツナ油漬缶、赤みそ、ハム、○牛乳	なす、ぐだもの、たまねぎ、もやし、○キャベツ、きゅうり、○コーン缶、にんじん、ねぎ、カットわかめ、しょうが、にんにく	○牛乳、○お茶、○ツナとキャベツおにぎり	20 火	ごはん、相性汁、鰯のねぎソース、大根の煮物、くだもの	○食パン、じゃがいも、板こんにゃく、○マヨネーズ、片栗粉、油、砂糖、ごま、米	○ヨーグルト(ドリンク)、豆乳、あじ、○卵、鶏もも肉、白みそ、ペーパン、○とろけるチーズ、ちくわ、かつお節、○牛乳	ぐだもの、だいこん、にんじん、○たまねぎ、たまねぎ、いんげん、ねぎ	○牛乳、○飲むヨーグルト、○たまごトースト
06 火	ごはん、豆乳スープ、赤魚の照り焼き、高野豆腐の煮つけ、くだもの	○小麦粉、○砂糖、砂糖、○油、米	○ヨーグルト(ドリンク)、あかうお、豆乳、○豆乳、○卵、卵、凍り豆腐、○牛乳	ぐだもの、キャベツ、えのきたけ、にんじん、いんげん(ゆで)、たまねぎ	○牛乳、○飲むヨーグルト、○マークル蒸しパン	21 水	ふるさと給食 ごはん、元気スープ、たっぷり玉葱ツナマヨ焼き、コールスローサラダ、くだもの	じゃがいも、○コーンフレーク、マヨネーズ、○油、油、砂糖、米	○牛乳、ツナ油漬缶、木綿豆腐、ビザ用チーズ、ウインナー、○牛乳	たまねぎ、ぐだもの、キャベツ、コーン缶、にんじん、ほうれんそう、きゅうり	○牛乳、○牛乳、○マッシュラボサクサクボール
07 水	ふるさと給食 ごはん、わかめのスープ、五目焼きそば、アスパラ胡麻和え、くだもの	焼きそばめん、○じゃがいも、すりごま、ごま油、○片栗粉、砂糖、米	○牛乳、豚肉(肩)、えび、○とろけるチーズ、いか、○牛乳	ぐだもの、グリーンアスパラガス、たまねぎ、キャベツ、にんじん、○たまねぎ、ねぎ、○ピーマン、カットわかめ	○牛乳、○牛乳、○ビザポテト	22 木	ごはん、すまし汁、厚揚げのそぼろあんかけ、小松菜とえのきのおひたし、くだもの	○小麦粉、きといも、○砂糖、○油、砂糖、米	○牛乳、生揚げ、鶏ひき肉、○卵、ちくわ、かつお節、○牛乳	ぐだもの、こまつな、○かぼちゃ、にんじん、だいこん、えのきたけ、たまねぎ、さやえんどう、カットわかめ	○牛乳、○牛乳、○パンプキンマフィン
08 木	お誕生日会 ごはん、みそ汁、サクサクチキン、ボテサラダ、お楽しみデパート	じゃがいも、マヨネーズ、○黒砂糖、コーンフレーク、○焼ふ、○ごま、○砂糖、米	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、卵、米みそ(淡色辛みそ)、○バター、ウインナー、油揚げ、○きな粉、○牛乳	たまねぎ、にんじん、コーン(冷凍)、ブロッコリー、きゅうり	○牛乳、○牛乳、○麩のラスク	23 金	食育の日 ごはん、ねばねばみそ汁、白身魚のオニマヨ焼き、かぼちゃと豚肉の煮つけ、ぐだもの	○米、マヨネーズ、○ごま、油、砂糖、米	たら、木綿豆腐、豚肉(肩)、米みそ(淡色辛みそ)、○しらす干し、○牛乳	ぐだもの、かぼちゃ、キャベツ、たまねぎ、コーン(冷凍)、オクラ、にんじん、○うめ干し、いんげん、ピーマン	○牛乳、○お茶、○梅じやこおにぎり
09 金	ごはん、すまし汁、さばの竜田揚げ、野菜の含め煮、くだもの	じゃがいも、○白玉粉、片栗粉、油、○砂糖、砂糖、米	○牛乳、さば、鶏もも肉、○きな粉、○牛乳	ぐだもの、だいこん、もやし、にんじん、たまねぎ、さやえんどう、カットわかめ、しょうが	○牛乳、○牛乳、○きなこもち	24 土	ごはん、ハヤシライス、フルーツヨーグルト	米粉、砂糖、油、米	○牛乳、牛肉(肩)、ヨーグルト(無糖)、○牛乳	たまねぎ、ぐだもの、しめじ、えのきたけ	○牛乳、○牛乳、○わらびもち
10 土	ごはん、わかめのスープ、豚肉の甘みそ炒め丼、くだもの	油、ごま、片栗粉、米	○牛乳、豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、○牛乳	ぐだもの、たまねぎ、チンゲンサイ、赤ピーマン、カットわかめ	○牛乳、○牛乳、○米粉のケーキ	26 月	ごはん、新じゃがのコーンバターみそ汁、豚肉のマーマレード焼き、筑前煮、ぐだもの	じゃがいも、板こんにゃく、○マカロニ・スパゲティ、○砂糖、砂糖、米	○牛乳、豚肉(肩)、米みそ(淡色辛みそ)、○しらす干し、○牛乳	ぐだもの、だいこん、たまねぎ、ごぼう、コーン(冷凍)、にんじん、いんげん、マーマレード	○牛乳、○牛乳、○マカロニ・スパゲティ
12 月	ごはん、みそ汁、スペニッシュオムレツ、マカロニサラダ、くだもの	○食パン、じゃがいも、マヨネーズ、○マヨネーズ、マカロニ、米	○牛乳、卵、ツナ油漬缶、米みそ(淡色辛みそ)、○さきいか、ウインナー、○牛乳	ぐだもの、かぼちゃ、たまねぎ、○コーン(冷凍)、にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン(冷凍)、ピーマン、ねぎ	○牛乳、○牛乳、○いか・コーンカナッペ	27 火	ごはん、野菜スープ、おろしれんこんのんのんぶら、切干大根のナムル、ぐだもの	じゃがいも、○砂糖、油、砂糖、パン粉、ごま、片栗粉、ごま油、米	○ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、かにかまぼこ、卵、○牛乳	ぐだもの、れんこん、○みかん、○パイント、キヤウ、にんじん、コーン缶、きゅうり、たまねぎ、切り干しだいこん	○牛乳、○お茶、○フルーツヨーグルト
13 火	ごはん、すまし汁、山海揚げ、ささみともやしのあえ物、くだもの	○米、油、○砂糖、砂糖、片栗粉、すりごま、○黒ごま、米	白身魚すり身、○油揚げ、木綿豆腐、えび、鶏ささ身、蒸し大豆、油揚げ、○牛乳	ぐだもの、もやし、にんじん、きゅうり、キャベツ、カットわかめ、ひじき	○牛乳、○お茶、○いなりし	28 水	京都郷土料理 ごはん、ゆばのすまし汁、鮭の西京焼き、なすと豚肉のたいたん、ぐだもの	○さつまいも、○小麦粉、○砂糖、砂糖、油、米	○牛乳、さけ、木綿豆腐、豚肉(肩)、○豆乳、○卵、○バター、米みそ(淡色辛みそ)、干し湯葉、○牛乳	ぐだもの、なす、いんげん(ゆで)、ねぎ、カットわかめ	○牛乳、○牛乳、○抹茶ケーキ
14 水	ふるさと給食 ごはん、みそ汁、鮭の塩こうじ焼、アスパラ塩ゆで、切干大根の煮物、くだもの	○米粉、じゃがいも、○砂糖、○油、砂糖、米	○牛乳、さけ、○豆乳、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ、○牛乳	ぐだもの、グリーンアスパラガス、○バナナ、にんじん、たまねぎ、ちくわ、さやえんどう、カットわかめ、○レモン果汁	○牛乳、○牛乳、○もっちりバナナケーキ	29 木	絵本給食 ごはん、ヨーンスープ、ハンバーグ、フライドポテト、付け合わせ、ぐだもの	○食パン、じゃがいも、油、○小麦粉、○砂糖、パン粉、砂糖、油、米	○牛乳、豆乳、牛ひき肉、卵、○バター、○牛乳	ぐだもの、たまねぎ、ミニトマト、グリームコーン缶、コーン缶、プロッコリー、あおのり	○牛乳、○牛乳、○メロンパン風トースト
15 木	ごはん、中華スープ、イカのチリソース、ナムル、くだもの	じゃがいも、○小麦粉、○黒砂糖、油、片栗粉、ごま、砂糖、ごま油、米	○牛乳、いか、○バター、ハム、○牛乳	ぐだもの、キャベツ、たまねぎ、トマトピューレ、きゅうり、にんじん、コーン缶、いんげん、○干しぶどう、カットわかめ、ねぎ、にんにく、しょうが	○牛乳、○牛乳、○レーズンクッキー	30 金	ごはん、カレー、ゆで豚のマリネ、ぐだもの	じゃがいも、○小麦粉、○黒砂糖、米粉、油、ごま、砂糖、ごま油、米	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、豚肉(肩)、○無塩バター、○牛乳	ぐだもの、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、にんにく、しうが	○牛乳、○牛乳、○黒糖クッキー

\* 12日(月)から16日(金)は、歯の衛生週間「かみかみウイーク」です。よく噛んで食べる事につながるように、切干大根・根菜類、肉、イカなどの食材を献立に取り入れています。



## 元気な1日は朝ごはんから！

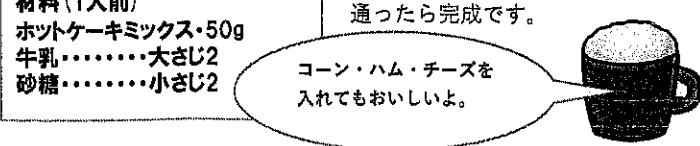
私たちは、1日朝、昼、夜と3回の食事をとります。朝食は、午前中の大切なエネルギー源となります。

元気に1日をスタートさせるために、毎朝、朝ごはんをしっかり食べましょう。



材料(1人前)  
ホットケーキミックス・50g  
牛乳·····大さじ2  
砂糖·····小さじ2

コーン・ハム・チーズを入れてもおいしいよ。



～認定こども園・保育所せらのふるさと給食～

今月のせら食材



玉葱、アスパラ

・たっぷり玉葱ツナマヨ焼き  
・アスパラ胡麻和え