

2022年

6月 給食献立表

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	その他
1	水	麦ごはん(未満児用) みそ汁(未満児用) 豚肉の生姜焼き 小松菜としらすのごま和え	牛乳(未満児) オレンジ50g(未満児) スキムミルク マドレーヌ	牛乳・塩わかめ・豚肉・しらす干し・脱脂粉乳・鶏卵	精白米・押麦・植物油・すりごま・三温糖・小麦粉・マカリン	レタス・たまねぎ・しょうが・にんじん・こまつな・もやし	煮干しだし・米みそ・麦みそ・清酒・みりん・濃口しょうゆ・ベーキングパウダー・パリエッセンス
2	木	麦ごはん(未満児用) 厚揚げの煮付 卵とトマトのかき玉汁	牛乳(未満児) パンアップル(缶)30g(未満児) 豆乳 にんじんゼリー サブレ	牛乳・牛肉・厚揚げ・鶏卵・調整豆乳・粉寒天	精白米・押麦・じゃがいも・植物油・三温糖・片栗粉・サブレ	パンアップル缶・にんじん・さやいんげん・トマト・たまねぎ・青ねぎ・レモン(汁使用)	煮干しだし・みりん・濃口しょうゆ・鳥がらだし・食塩・白ワイン
3	金	十六穀米ごはん あじさい揚げ レタス(12g) 季節の具たくさんみそ汁	牛乳(未満児) バナナ75g(未満児) スキムミルク きな粉蒸しパン 野菜こんぶ	牛乳・白身魚・鶏卵・油揚げ・脱脂粉乳・きな粉・豆乳・野菜昆布	精白米・赤米・小麦粉・揚げ油・ホットケーキミックス・黒砂糖	バナナ・冷凍ホロコロン・にんじん・冷凍グリーンピース・レタス・キャベツ・たまねぎ・もやし・青ねぎ・干しぶどう	食塩・白ワイン・煮干しだし・米みそ・麦みそ
4	土	きのこスパゲティ バナナ(150g)	オレンジ50g(未満児) 豆乳 カステラ	まぐろ油漬缶・あさり水煮缶・調整豆乳	スパゲティ・植物油・カステラ	レタス・たまねぎ・にんじん・トマト缶・生しいたけ・パセリ・バナナ	食塩・コンソメ・濃口しょうゆ
6	月	皿うどん(あんかけ) メロン(85g)	牛乳(未満児) チーズ10g(未満児) スキムミルク オレンジ(75g) クラッカー(15g)	牛乳・プロセスチーズ・豚肉・かまぼこ・脱脂粉乳	中華めん・植物油・三温糖・片栗粉・クラッカー	キャベツ・たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・青ねぎ・知ン・レタス	中華スープの素・食塩・こしょう・清酒・濃口しょうゆ
7	火	ロールパン(未満児用) 鶏の照り焼き ゆでいんげん トマトスープ(かぼちゃ)	牛乳(未満児) ウエハース7g(未満児) スキムミルク ココアマーブルケーキ	牛乳・鶏もも・ベーコン・脱脂粉乳・鶏卵	ウエハース・ロールパン・植物油・小麦粉・バター・三温糖	さやいんげん・トマト・トマト缶・たまねぎ・かぼちゃ・にんじん・セロリ・パセリ	みりん・清酒・濃口しょうゆ・ガーリックパウダー・鳥がらだし・ローリエ・食塩・ベーキングパウダー・パリエッセンス・ビュココア
8	水	麦ごはん(未満児用) 魚のごまみそ焼き サラダ菜(7g) はるさめのそぼろ煮	牛乳(未満児) バナナ75g(未満児) 豆乳 チーズボール	牛乳・塩わかめ・白身魚・牛ひき肉・調整豆乳・鶏卵・粉チーズ	精白米・押麦・すりごま・植物油・はるさめ・三温糖・小麦粉・揚げ油	バナナ・えのきたけ・サタナ・たまねぎ・キャベツ・にんじん・にら・しょうが	煮干しだし・食塩・濃口しょうゆ・みりん・米みそ・清酒・ベーキングパウダー
9	木	麦ごはん(未満児用) 豆腐と鶏肉のみそ炒め もずくスープ	牛乳(未満児) せんべい7g(未満児) スキムミルク メロンパン いりいりこ	牛乳・鶏肉・木綿豆腐・もずく・脱脂粉乳・煮干し	せんべい・精白米・押麦・植物油	たまねぎ・にんじん・ピーマン・えのきたけ・青ねぎ	米みそ・みりん・濃口しょうゆ・かつお昆布だし・食塩
10	金	麦ごはん(未満児用) かみかみパーク トマト(32g) 五目みそ汁	牛乳(未満児) チーズ10g(未満児) スキムミルク 白桃ゼリー クッキー(15g)	牛乳・プロセスチーズ・牛ひき肉・豚ひき肉・ひじき・油揚げ・脱脂粉乳・粉寒天	精白米・押麦・植物油・パン粉・じゃがいも・三温糖・缶詰シロップ・クッキー	たまねぎ・ホロコロン缶・トマト・しめじ・ごぼう・にんじん・青ねぎ・白桃缶	濃口しょうゆ・食塩・煮干しだし・米みそ・麦みそ
11	土	肉うどん ヨーグルト(固形)	みかん(缶)(未満児) 豆乳 キウイフルーツ(50g) 丸ボーロ	鶏卵・牛肉・加糖ヨーグルト・調整豆乳	干しうどん・植物油・三温糖・丸ボーロ	みかん缶・たまねぎ・にんじん・青ねぎ・軟フルーツ	濃口しょうゆ・かつお昆布だし・食塩・みりん
13	月	麦ごはん(未満児用) 八宝菜 清汁(かまぼこ)	牛乳(未満児) メロン60g(未満児) ホワイトミルク バナナ(75g) せんべい	牛乳・豚肉・かまぼこ・塩わかめ・脱脂粉乳	精白米・押麦・植物油・ごま油・片栗粉・せんべい	アツ・キャベツ・たまねぎ・にんじん・さやいんげん・ゆでたけのこ・乾しいたけ・しょうが・えのきたけ・バナナ	食塩・清酒・濃口しょうゆ・中華スープの素・かつお昆布だし・乳酸菌飲料(希釈)
14	火	ぶどうパン(未満児用) ムニエルタルタルぞえ サラダ菜(7g) ペーコンスープ	牛乳(未満児) ウエハース7g(未満児) スキムミルク かぼちゃと豆腐の米粉ケーキ	牛乳・白身魚・鶏卵・ベーコン・脱脂粉乳・木綿豆腐・豆乳	ウエハース・ぶどうパン・小麦粉・植物油・マカリン・マヨネーズ・じゃがいも・米粉・三温糖	たまねぎ・パセリ・サタナ・キャベツ・にんじん・グリーンアスパラガス・かぼちゃ	食塩・こしょう・白ワイン・鳥がらだし・ベーキングパウダー・パリエッセンス
15	水	麦ごはん(未満児用) カレー わかめのごま酢和え	牛乳(未満児) バナナ75g(未満児) スキムミルク オレンジ(75g) クラッカー(15g)	牛乳・鶏肉・カットわかめ・脱脂粉乳	精白米・押麦・じゃがいも・カレー粉・なたね油・すりごま・三温糖・ごま油・クラッカー	バナナ・たまねぎ・にんじん・冷凍グリーンピース・えのきたけ・きゅうり・レタス	鳥がらだし・食塩(塩もみ用)・食酢・濃口しょうゆ

区分	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	鉄(mg)	ビタミンA(レチノール当量:RE)(μg)	ビタミンB1(mg)	ビタミンB2(mg)	ビタミンC(mg)	食物繊維(g)	食塩相当量(g)
今月の平均栄養量	466	18.1	14.1	264	2.4	196	0.33	0.43	23	4.2	1.7
保育所(園)における給与栄養量の目標	470	15~23	10~15	220	2.3(~10)	200(~300)	0.25	0.30	20	3.5以上	1.9未満

【食材納入業者】※敬称略

野菜・果物……………岩崎青果、松村商店
魚……………マキイ
肉類……………肉の山形屋

牛乳……………渡辺乳販
パン……………サイラー
缶詰・乾物・調味料ほか……………生野食品