



# 6月の献立



2018年

つくし保育園

曜	日	昼食	昼食の材料名	おやつ	おやつの材料名
月	11	25	大豆ごはん 豚肉と厚揚げの味噌炒め すまし汁	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し
火	12	26	ごはん 魚の磯辺揚げ 千切大根のごま酢あえ さつま汁	ヨーグルト ケーキ	小麦粉 卵 ヨーグルト 砂糖 牛乳 レモン B.P
水	13	27	ごはん タンドリーチキン 小魚サラダ モロヘイヤのスープ	ひじきご飯の おにぎり いりこ	米 ひじき 油揚げ 人参 砂糖 醤油 焼海苔 煮干し
木	14	28	ごはん 魚のつけ焼き 高野豆腐の肉あんかけ みそ汁	ジャガチー ブルー	じゃが芋 粉チーズ バター 片栗粉 ブルー
金	1	15	29	1日15日 豆腐のごま団子 29日 水無月	豆腐 上新粉 ごま 砂糖 きな粉 小麦粉 団子粉 片栗粉 黒糖 砂糖 甘納豆
土	2	16	30	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し
月	4	18	ごはん 魚の塩焼き 厚揚げマーボ 五目汁	おにぎり ちりめん大豆	米 梅干し 花鰹 ごま 塩 焼海苔 大豆 じゃこ 砂糖 醤油
火	5	19	ごはん 鶏の照り焼き 茹で野菜のごまドレッシング和え みそ汁	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し
水	6	20	ごはん 魚の甘酢揚げ ナムル みそ汁	焼き大学いも	さつま芋 砂糖 醤油 黒ごま 油
木	7	21	ごはん 牛肉と野菜の和え物 切干大根のじゃこ煮 みそ汁	ケーキサレ	小麦粉 卵 B.P 油 砂糖 牛乳 チーズ 塩 パプリカ 玉ねぎ ケチャップ
金	8	22	梅じゃこひじきごはん ジャーマンポテト みそ汁	ごまぶりん 枝豆 いりこ	練りごま 寒天 牛乳 砂糖 黒砂糖 きな粉 枝豆 煮干し
土	9	23	ごはん 野菜炒め みそ汁	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し

※ 乳児クラスはみりん、カレー粉は使いません。

