

2022



## 6月の献立



とろぽろ保育園

後期 10～11ヶ月

日	曜日	昼食	
		献立名	材料
1	水	かゆ 豚肉とじゃが芋のミルク煮 白菜のサラダ	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 ミルク 白菜
2	木	かゆ 鶏肉とかぼちゃのミルク煮 ブロッコリーと人参のサラダ スープ	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ ミルク ブロッコリー 人参 ワカメ 豆腐
3	金	かゆ カラスカレイと玉ねぎのだし煮 豚肉と人参のやわらか煮 すまし汁 パナナ	米 カラスカレイ 玉ねぎ パプリカ 豚肉 人参 焼ふ しめじ パ ナナ
4	土	かゆ 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁	米 鶏肉 ブロッコリー キャベツ 人参 ほうれん草 玉子
6	月	かゆ 豚肉とキャベツのやわらか煮 小松菜の玉子サラダ みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ キャベツ 小松菜 玉子 大根
7	火	鶏肉とトマトのくたくたうどん さつまいもサラダ	うどん 鶏肉 白菜 トマト さつまいも きゅうり
8	水	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 鶏肉と人参のやわらか煮 みそ汁 パナナ	米 助宗タラ 玉ねぎ 鶏肉 人参 なす パナナ
9	木	玉子かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 白菜のサラダ みそ汁	米 玉子 鶏肉 人参 白菜 きゅうり かぼちゃ ワカメ
10	金	かゆ 小松菜の玉子とじ煮 豚肉と大根のトロみ煮 みそ汁 パナナ	米 小松菜 玉子 豚肉 大根 焼ふ パナナ
11	土	かゆ 鶏肉とキャベツのくたくた煮 ポテトサラダ すまし汁	米 鶏肉 キャベツ じゃが芋 人参 玉ねぎ
13	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草のサラダ みるくスープ	米 鶏肉 玉ねぎ ピーマン ほうれん草 じゃが芋 人参 ミルク
14	火	かゆ 鮭と人参のだし煮 玉ねぎとチンゲン菜の玉子とじ煮 みそ汁	米 鮭 人参 玉ねぎ チンゲン菜 玉子 大根 ワカメ
15	水	かゆ 豚肉とじゃが芋のミルク煮 白菜のサラダ	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 ミルク 白菜
16	木	かゆ 鶏肉とかぼちゃのミルク煮 ブロッコリーと人参のサラダ スープ	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ ミルク ブロッコリー 人参 ワカメ 豆腐
17	金	かゆ カラスカレイと玉ねぎのだし煮 豚肉と人参のやわらか煮 すまし汁	米 カラスカレイ 玉ねぎ パプリカ 豚肉 人参 インゲン 焼ふ しめじ
18	土	かゆ 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁	米 鶏肉 ブロッコリー キャベツ 人参 ほうれん草 玉子
20	月	かゆ 豚肉とキャベツのやわらか煮 小松菜の玉子サラダ みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ キャベツ 小松菜 玉子 大根
21	火	鶏肉とトマトのくたくたうどん さつまいもサラダ	うどん 鶏肉 白菜 トマト さつまいも きゅうり
22	水	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 鶏肉と人参のやわらか煮 みそ汁 パナナ	米 助宗タラ 玉ねぎ 鶏肉 人参 なす パナナ
23	木	玉子かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 白菜のサラダ みそ汁	米 玉子 鶏肉 人参 白菜 きゅうり かぼちゃ ワカメ
24	金	かゆ 小松菜の玉子とじ煮 豚肉と大根のトロみ煮 みそ汁 (パナナ)	米 小松菜 玉子 豚肉 大根 焼ふ パナナ
25	土	かゆ 鶏肉とキャベツのくたくた煮 ポテトサラダ すまし汁	米 鶏肉 キャベツ じゃが芋 人参 玉ねぎ
27	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草とコーンのサラダ みるくスープ	米 鶏肉 玉ねぎ ピーマン ほうれん草 じゃが芋 人参 ミルク
28	火	かゆ 鮭と人参のだし煮 玉ねぎとチンゲン菜の玉子とじ煮 みそ汁	米 鮭 人参 玉ねぎ チンゲン菜 玉子 大根 ワカメ
29	水	かゆ 豚肉とじゃが芋のミルク煮 白菜のサラダ	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 ミルク 白菜
30	木	かゆ 鶏肉とかぼちゃのミルク煮 ブロッコリーと人参のサラダ スープ	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ ミルク ブロッコリー 人参 ワカメ 豆腐

栄養士 柴田あや

都合により献立の変更がある場合もあります。