

2022



## 6月の献立



とろぼろ保育園

中期 8~9ヶ月

日	曜日	昼食	
		献立名	材料
1	水	かゆ 鶏肉とじゃが芋のミルク煮 白菜のサラダ	米 鶏肉 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 豆腐
3	金	かゆ カラスカレイと玉ねぎのだし煮 鶏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 鶏肉 人参 焼ふ 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 卵黄
6	月	かゆ 鶏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 鶏肉 玉ねぎ キャベツ 小松菜 卵黄 大根
7	火	鶏肉とトマトのくたくたうどん さつま芋サラダ	うどん 鶏肉 白菜 トマト さつま芋 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 卵黄 鶏肉 人参 白菜 きゅうり かぼちゃ
10	金	かゆ 小松菜の玉子とじ煮 鶏肉と大根のとりみ煮 みそ汁 パナナ	米 小松菜 卵黄 鶏肉 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 卵黄 大根
15	水	かゆ 鶏肉とじゃが芋のミルク煮 白菜のサラダ	米 鶏肉 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 豆腐
17	金	かゆ カラスカレイと玉ねぎのだし煮 鶏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 鶏肉 人参 インゲン 焼ふ
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 卵黄
20	月	かゆ 鶏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 鶏肉 玉ねぎ キャベツ 小松菜 卵黄 大根
21	火	鶏肉とトマトのくたくたうどん さつま芋サラダ	うどん 鶏肉 白菜 トマト さつま芋 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 卵黄 鶏肉 人参 白菜 きゅうり かぼちゃ
24	金	かゆ 小松菜の玉子とじ煮 鶏肉と大根のとりみ煮 みそ汁 パナナ	米 小松菜 卵黄 鶏肉 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 卵黄 大根
29	水	かゆ 鶏肉とじゃが芋のミルク煮 白菜のサラダ	米 鶏肉 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 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。