

# 給食献立表



平成29年6月1日

社会福祉法人 本郷こども園

月	火	水	木	金
 <p>梅雨の時期は湿度も高くじめじめして、気分だけでなく健康にも大きく影響します。身体のだるさや疲れも感じますが、食中毒に注意が必要です。ご家庭で出来る食中毒の予防のポイントを3つ！ ①菌を付けないために手洗いをしましょう。②菌を増やさないために早めに調理しましょう。③菌をやっつけるために十分加熱しましょう。日ごろから衛生に気を配ることが大切です。</p>			6/1 未満児 かんぱん 鶏肉の照り焼き オーロラサラダ (レタス、きゅうり、人参、カニカマ) 春雨スープ(春雨、キャベツ、豆腐、玉ねぎ、椎茸) 佃煮昆布 パセリ (216k cal)	6/2 未満児 チーズ 焼き肉(牛肉、玉ねぎ、ピーマン) 中華サラダ(きゅうり、卵、かまぼこ) 味噌汁(玉ねぎ、わかめ) ごま塩 パセリ (307k cal)
			3時 ジャコ・肝油 ミルク ハーベスト	3時 ジャコ・肝油 オレンジ
6/5 未満児 りんご果汁 胡麻ビスケット 豚肉のしょうが焼き 春雨サラダ(人参、きゅうり、カニカマ) 味噌汁(ねぎ、豆腐、椎茸) パセリ 塩昆布 (261k cal)	6/6 未満児 ヨーグルト きのことウインナーの炒め物 そうめんと野菜の胡麻和え (きゅうり、ハム、人参、卵、椎茸) 味噌汁(小松菜、あげ、えのき) ブロccoliリー チェリー もみのり (223k cal)	6/7 未満児 バナナ ジャーマンポテト (じゃが芋、玉ねぎ、パセリ、ベーコン) 笹身サラダ(笹身、レタス、きゅうり、人参) わかめスープ(わかめ、ねぎ、コーン) 納豆 (195k cal)	6/8 未満児 豆乳 動物ビスケット 煮物(角天、人参、いんげん) マカロニサラダ (きゅうり、人参、カニカマ、レーズン) 味噌汁(揚げ、玉ねぎ、えのき) チェリー 佃煮昆布 (258k cal)	6/9 未満児 チーズ はんぺんフライ 切り干し大根の煮物(切干大根、あげ) スープ(パセリ、玉ねぎ、人参) レタス ミニトマト ごま塩 (210k cal)
3時 ジャコ・肝油 ミレーフライ	3時 ジャコ・肝油 ビスコ	3時 ジャコ・肝油 ミルク さやえんどう	3時 ジャコ・肝油 フルーツヨーグルト	3時 ジャコ・肝油 ミルク クラッカー
6/12 未満児 牛乳 せんべい すき焼き風煮 (牛肉、人参、豆腐、ねぎ、こんにゃく、白菜) マッシュポテト ニラ玉スープ(卵、ニラ、椎茸) ミニトマト 塩昆布 (216k cal)	6/13 未満児 ヨーグルト 鯖の照り煮 サラダ(きゅうり、玉ねぎ、キャベツ、人参、ハム) 味噌汁(玉ねぎ、えのき、わかめ) チェリー もみのり (309k cal)	6/14 未満児 動物ビスケット 卵カレー (豚肉、卵、玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン) 甘酢和え(もやし、ハム、きゅうり) 粉ふき芋 レーズン  (239k cal)	6/15 未満児 チーズ 厚揚げの煮物(大根、厚揚げ、しらたき、人参) サラダ(きゅうり、みかん缶、パイン缶) 野菜スープ(玉ねぎ、人参、キャベツ、はんぺん) ミニトマト 佃煮昆布 (272k cal)	6/16 未満児 みかん果汁 胡麻ビスケット ぎょうざ(豚肉、にら、キャベツ) 野菜炒め (豚肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン) スープ(卵、ねぎ) チェリー チーズ ごま塩 (240k cal)
3時 ジャコ・肝油 とんがりコーン	3時 ジャコ・肝油 マカロニきな粉	3時 ジャコ・肝油 ミルク おにぎりせんべい	3時 ジャコ・肝油 ミルク たべっこ動物	3時 ジャコ・肝油 ミルク ぼんち揚げ
6/19 未満児 かんぱん 角天の甘辛煮 高野豆腐の卵とじ (高野豆腐、卵、椎茸、人参、ねぎ) 酢の物(春雨、きゅうり、しらす) ミニトマト もみのり (256k cal)	6/20 未満児 ヨーグルト ス克蘭ブルエッグ(卵、カニカマ、パセリ) パスタ(スパゲッティ、ツナ、えのき、シソ、もみのり) ミネストローネ (じゃが芋、人参、玉ねぎ、キャベツ、ベーコン、トマト) ブロccoliリー 塩昆布 (276k cal)	6/21 未満児 バナナ 煮物(じゃが芋、人参、竹輪、あげ) 酢の物(きゅうり、えのき、キャベツ) 赤出汁(白菜、わかめ、豆腐) チェリー 納豆 (247k cal)	6/22 未満児 チーズ 牛肉とピーマンの炒め物 (牛肉、ピーマン、竹の子、ねぎ) マカロニサラダ (きゅうり、ハム、レーズン、人参) 味噌汁(あげ、しめじ、ねぎ) ミニトマト ごま塩 (306k cal)	6/23 未満児 豆乳 動物ビスケット しゃぶしゃぶ(豚肉、きゅうり、もやし) ポテトサラダ (じゃが芋、人参、ハム、きゅうり、みかん缶) 味噌汁(豆腐、椎茸、ねぎ) チェリー 佃煮昆布 (247k cal)
3時 ジャコ・肝油 ミルク ハッピーターン	3時 ジャコ・肝油 まがりせんべい	3時 ジャコ・肝油 ミルク 紫芋チップス	3時 ジャコ・肝油 牛乳かん	3時 ジャコ・肝油 ミルク リッツ
6/26 未満児 動物ビスケット マーボー豆腐(豆腐、ねぎ、豚肉) きゅうりの酢の物 スパゲッティサラダ (人参、きゅうり、かまぼこ) ミニトマト 塩昆布 (262k cal)	6/27 未満児 ヨーグルト 白身魚の天ぷら 酢の物(わかめ、きゅうり、かまぼこ) 豚汁 (豚肉、大根、里芋、ねぎ、こんにゃく、人参、あげ) もみのり (225k cal)	6/28 未満児 バナナ 肉じゃが (じゃが芋、人参、玉ねぎ、牛肉、こんにゃく、 グリンピース) 胡麻和え(ほうれん草、もやし、白菜) 味噌汁(豆腐、ねぎ、なめこ) チェリー 納豆 チーズ (264k cal)	6/29 未満児 牛乳 せんべい 豚肉となすの炒め煮(豚肉、なす、人参、玉ねぎ) きのことスクランブル(卵、エリンギ、しめじ) 味噌汁(ふ、玉ねぎ、小松菜) ミニトマト きゅうり 佃煮昆布 (240k cal) 	6/30 未満児 チーズ ビビンバ丼(牛肉、人参、ほうれん草、もやし、卵) 春雨サラダ(きゅうり、キャベツ、ハム) 野菜スープ (人参、玉ねぎ、ベーコン、わかめ、椎茸) メロン (376k cal)
3時 ジャコ・肝油 わらびもち	3時 ジャコ・肝油 横綱あられ	3時 ジャコ・肝油 ミルク 野菜スナック	3時 ジャコ・肝油 芋けんぴ	3時 ジャコ・肝油 ミルク 胡麻ビスケット