

# 6月行事・献立予定

令和5年度

ふたば保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材(おやつ、調味料、米は除く)	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	木	運動教室(ばんだ)	白身魚の磯風味揚げ キャベツの味噌ドレッシングサラダ ぞうめんのすまし汁 バナナ	赤魚 青のり キャベツ 人参 きゅうり コーン ぞうめん わかめ 人参 ねぎ バナナ	牛乳 あられ	ブドウゼリー
2	金	布団持ち帰り 運動教室(そう)	野菜たっぷりハヤシライス ブロッコリーサラダ パイン	玉ねぎ 人参 豚肉 しめじ じゃが芋 コーン パセリ にんにく ブロッコリー 人参 レタス きゅうり パイン	オレンジゼリー	牛乳 かみかみせんべい
3	土				牛乳 せんべい	りんごジュース クラッカー
5	月	水遊び開始	親子うどん きんぴらごぼう ウインナー オレンジ	うどん 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 かまぼこ ねぎ ごぼう ビーマン 人参 こんにゃく ひじき こま ウインナー オレンジ	牛乳 塩煎餅	ヨーグルト ウエハース
6	火	運動教室(きりん) 年長児交流会	かみかみ揚げ かにかまぼこの酢の物 えのきのすまし汁 グレープフルーツ	えび 玉ねぎ さつまい芋 人参 大豆 パセリ 竹輪 パセリ ひじき かにかまぼこ 人参 春雨 キャベツ もやし こま えのき わかめ 生揚げ グレープフルーツ	飲むヨーグルト	牛乳 メロンパン
7	水		五目野菜つくね きゅうりのぼりぼり ほうれん草のすまし汁 バナナ	鶏肉 玉ねぎ 人参 ごぼう れんこん いんげん ねぎ 生姜 きゅうり こま ほうれん草 えのき 玉ねぎ バナナ	牛乳 クッキー	おにぎり
8	木	芋苗植え	焼き豆腐と春雨のすき焼き風煮 ほうれん草のおひたし きのこの味噌汁 パイン	焼き豆腐 春雨 人参 ねぎ 牛肉 ほうれん草 もやし こま えのき しめじ わかめ パイン	牛乳 バナナ	牛乳 蒸しパン
9	金	身体測定 布団持ち帰り	コロッケ グリーンサラダ 豆腐の味噌汁 オレンジ	じゃが芋 さつまい芋 豚肉 玉ねぎ 卵 キャベツ きゅうり レタス コーン 豆腐 人参 わかめ 玉ねぎ オレンジ	牛乳 サンドビスケット	牛乳 かみかみビスケット
10	土				牛乳 クラッカー	オレンジジュース あられ
12	月		スバゲティーナポリタン キャベツのドレッシングサラダ 野菜のコンソメスープ グレープフルーツ	スバゲティー 豚肉 玉ねぎ 人参 パセリ キャベツ きゅうり ブロッコリー 玉ねぎ 人参 ベーコン ミルク ほうれん草 グレープフルーツ	豆乳 あられ	飲むヨーグルト クラッカー
13	火	交通安全指導	旬の野菜の黒酢煮 ブロッコリーのおかか和え 小魚の佃煮 かき玉汁 オレンジ	鶏肉 いんげん ごぼう 人参 ブロッコリー かつお節 小魚 こま 玉ねぎ 人参 ほうれん草 卵 オレンジ	牛乳 黒糖ロールパン	牛乳 ココアラスク
14	水	おはなしのもり	白身魚のフライ コールスローサラダ 小松菜の味噌汁 グレープフルーツ	赤魚 卵 きゅうり レタス 人参 ハム コーン キャベツ 油揚げ 小松菜 玉ねぎ 人参 グレープフルーツ	牛乳 煎餅	プリン
15	木		いり豆腐 かぼちゃ煮 ウインナー もやしとわかめの味噌汁 バナナ	豆腐 ツナ ひじき 玉ねぎ いんげん 人参 かぼちゃ ウインナー もやし わかめ ねぎ バナナ	牛乳 オレンジ	牛乳 ジャムサンド
16	金	布団持ち帰り	鶏肉のかりん揚げ 磯パテ 旬のナムル オクラの味噌汁 パイン	鶏肉 生姜 こま じゃが芋 青のり もやし きゅうり アスパラ 人参 豆腐 オクラ パイン	牛乳 コーンフレーク	牛乳 かみかみボン菓子
17	土	奉仕作業			牛乳 甘辛煎餅	りんごジュース クラッカー
19	月	食育の日	★だけのご・わかめラーメン しゅうまい ★野菜のなめたけあえ 美生柑	中華めん わかめ たけのご なると コーン 玉ねぎ 人参 春雨 にんにく 生姜 しゅうまいの皮 豚肉 キャベツ 人参 えのき 美生柑	牛乳 スティックパン	★キャロットゼリー
20	火		キャベツと豚肉の味噌炒め フライドごぼう 豆腐スープ パイン	キャベツ 豚肉 パプリカ ねぎ にんにく 生姜 ごぼう 豆腐 小松菜 ねぎ パイン	牛乳 ビスケット	牛乳 フレンチトースト
21	水	誕生会	おめでとうランチ	鶏肉 玉ねぎ 人参 グリンピース バター スバゲティ にんにく パセリ えび じゃが芋 レタス きゅうり 人参 ずいか	ヨーグルト	フルーツパフェ
22	木	歯科健診	チーズハンバーグ ブロッコリーのドレッシングサラダ 野菜のコンソメスープ オレンジ	牛肉 豚肉 玉ねぎ チーズ 牛乳 卵 ブロッコリー 人参 玉ねぎ 人参 ベーコン コーン オレンジ	牛乳 野菜かりんとう	牛乳 マカロニアベかわ
23	金	布団持ち帰り	白身魚のシュンユイ さつまい揚げといんげんの煮物 キャベツの味噌汁 バナナ	赤魚 生姜 ねぎ さつまい揚げ 人参 いんげん キャベツ わかめ 玉ねぎ バナナ	牛乳 ビスケット	豆乳 かみかみ小魚
24	土				牛乳 サンドビスケット	オレンジジュース せんべい
26	月		ジャージャー麺風パスタ ポイルブロッコリー 冬瓜スープ オレンジ	スバゲティー 豚肉 生姜 にんにく 椎茸 玉ねぎ ねぎ こま ブロッコリー 冬瓜 ねぎ わかめ オレンジ	豆乳 クラッカー	ジュース ビスケット
27	火	合同避難訓練	鱈の竜田揚げ たくあんサラダ 豆腐のすまし汁 パイン	鱈 生姜 いか たくあん 人参 きゅうり キャベツ 豆腐 玉ねぎ ほうれん草 人参 パイン	牛乳 ボン菓子	牛乳 フランスパン せんべい
28	水	プール開き	肉じゃが 焼きししゃも スティックきゅうり なめこ汁 オレンジ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 こんにゃく いんげん ししゃも きゅうり 豆腐 なめこ ねぎ オレンジ	ジュース	牛乳 メイプルサブレ
29	木		揚げ鶏のレモン風味 切り干し大根の煮物 きゅうり漬け 麩のみそ汁 バナナ	鶏肉 レモン 切り干し大根 人参 さつまい揚げ しいたけ きゅうり 昆布 玉ねぎ 人参 小松菜 花麩 バナナ	牛乳 ソフトせんべい	牛乳 クリームサン ド
30	金	布団持ち帰り	揚げ餃子 中華和え わかめの中華スープ オレンジ	豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 ぎょうざの皮 きゅうり 人参 もやし ハム 春雨 もすく 玉ねぎ 人参 わかめ オレンジ	牛乳 バナナ	牛乳 かみかみせん べい

おめでとうランチ…チキンライス エビフライ フライドポテト レタスサラダ スパソテー すいか

食育の日のサンプル展示は5歳児です。 5歳児の主食(ご飯)の量は120gです。

今月の果物はバナナ パイン オレンジ グレープフルーツ すいか 美生柑などを予定しています。

都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★印は新メニューです。