

令和2年度6月

こんだて

江陽こども園

日	曜	献立	離乳食献立	使用する主な食品名	おやつ	
					10時(未満児)	3時(全児童)
1	月	ウィンナーとチンゲンのマヨ炒め 和風サラダ・味噌汁・果物	青菜がゆ・野菜のマヨ炒め 味噌汁	ウィンナー・チンゲン菜・枝豆・ハム もやし・胡瓜・わかめ・豆腐・大根	お菓子	手作りおやつ
2	火	鯖のケチャップ煮・味噌汁 ハムともやしの和え物	白がゆ・鯖のケチャップ煮 温野菜・味噌汁	鯖・玉葱・人参・もやし・ハム・豆腐 わかめ・胡瓜・小松菜	お菓子	お菓子
3	水	カレーうどん・ポテトサラダ ゆで卵・バナナ	野菜の煮込みうどん・バナナ	うどん・人参・じゃが芋・油揚げ・大根 カレールー・胡瓜・ハム	お菓子	手作りおやつ
4	木	かに玉・わかめの和え物 味噌汁・果物	白がゆ・野菜の煮込み卵とし すまし汁・果物	蟹かま・玉葱・椎茸・卵・胡瓜・人参 わかめ・小松菜・豆腐	お菓子	お菓子 ヨーグルト
5	金	さつま汁・茶飯・ゆで卵 キャベツの胡麻和え・果物	白がゆ・野菜の五目味噌煮込み 果物	さつま芋・牛蒡・人参・葱・豆腐 キャベツ・胡麻・えのき茸・卵	お菓子	手作りおやつ
6	土	食パン・ワンタンスープ コロッケ・果物	パンがゆ・ワンタンスープ マッシュポテト・果物	ひき肉・キャベツ・人参・干椎茸 なると(冷)コロッケ	お菓子	お菓子
7	日					
8	月	カレーライス・福神漬け・サラダ	白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ	豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・ツナ缶 マカロニ・胡瓜・ハム・レタス	お菓子	手作りおやつ
9	火	五目ラーメン・ゆで卵・バナナ	五目うどん・バナナ	中華麺・鶏肉・人参・メンマ・椎茸 なると・長葱・卵・昆布・煮干	お菓子	お菓子
10	水	魚のマヨネーズ焼・海草サラダ 味噌汁・果物	野菜がゆ・温野菜・すまし汁	魚・コーン缶・わかめ・胡瓜・人参 胡麻・小松菜・豆腐	お菓子	手作りおやつ
11	木	とり天・ひじきのサラダ ミニトマト・味噌汁	白がゆ・小松菜と鶏肉炒め煮 味噌汁	鶏肉・小松菜・人参・ツナ缶・ひじき わかめ・豆腐・葱・大根	お菓子	お菓子 ヨーグルト
12	金	八宝汁・韓国風まぜご飯 おひたし・果物	白がゆ・八宝汁 やわらかおひたし・果物	豚肉・人参・白菜・うずら卵・ひき肉 板かま・たくあん・小松菜	お菓子	手作りおやつ
13	土	食パン・スパゲティサラダ ミートボールスープ・果物	パンがゆ・温野菜サラダ・果物 ミートボールスープ	(冷)ミートボール・青梗菜・人参 玉葱・春雨・ハム・胡瓜・コーン缶	お菓子	お菓子
14	日					
15	月	せんべい汁・小松菜の和え物 豆腐のカレー煮・ゆで卵・果物	白がゆ・せんべい汁 温野菜・果物	鶏肉・人参・牛蒡・椎茸・糸こんに せんべい・厚揚げ・玉ねぎ・ひき肉	お菓子	手作りおやつ
16	火	鰯とじゃが芋の煮物・酢の物 味噌汁・果物	白がゆ・鰯とじゃが芋の煮物 味噌汁・果物	鰯・じゃが芋・玉葱・胡瓜・カニカマ もやし・わかめ・豆腐	お菓子	お菓子
17	水	スパゲティミートソース ミモザサラダ・スープ・バナナ	トマト風味スープスパゲティ バナナ・マッシュポテト	ひき肉・玉葱・ブロッコリー・蟹かま 卵・白菜・人参・わかめ・もやし	お菓子	手作りおやつ
18	木	鯖のボール揚げ・味噌汁 中華風サラダ	白がゆ・野菜との煮込み 味噌汁	鯖缶・玉葱・人参・ひじき・レタス 胡瓜・豆腐・もやし	お菓子	お菓子
19	金	マカロニグラタン・ミニトマト スープ・果物	白がゆ・果物 マカロニと野菜のスープ煮	マカロニ・玉葱・ウィンナー・小麦粉 牛乳・卵・わかめ	お菓子	ケーキ ヨーグルト
20	土	食パン・海老団子のスープ かぼちゃのコロッケ・果物	パンがゆ・えび団子スープ 野菜のマッシュ・果物	海老団子・春雨・ワカメ・卵 かぼちゃコロッケ(冷)	お菓子	お菓子
21	日					
22	月	チキンカレー・サラダ・福神漬け	白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋 マカロニ・ハム・胡瓜	お菓子	手作りおやつ
23	火	チーズ納豆・鯖の竜田揚げ 味噌汁	納豆がゆ・野菜の五目あんかけ 味噌汁	納豆・チーズ・ほうれん草・卵・鯖 豆腐・小松菜・人参	お菓子	お菓子
24	水	焼きそば・マッシュポテト スープ・バナナ	煮込みうどん・マッシュポテト バナナ	豚肉・もやし・人参・キャベツ・卵 ピーマン・じゃが芋・はんぺん・葱	お菓子	手作りおやつ
25	木	酢豚・レタスとひじきのサラダ 味噌汁・果物	人参がゆ・野菜の中華風煮込み 味噌汁	鶏肉・椎茸・人参・玉葱・パイン缶 わかめ・胡瓜・レタス・ひじき	お菓子	お菓子 ヨーグルト
26	金	豆腐の胡麻あんかけ・ゆで卵 人参とツナのサラダ・味噌汁・果物	白がゆ・豆腐の胡麻あんかけ 野菜の煮物・味噌汁	豆腐・ひき肉・すりごま・干し椎茸 ツナ缶・人参・油揚げ・わかめ・大根	お菓子	手作りおやつ
27	土	食パン・ビーフシチュー グリーンサラダ・果物	パンがゆ・果物 貝だくさん野菜スープ	牛肉・じゃが芋・人参・玉葱 ブロッコリー・胡瓜・レタス	お菓子	お菓子
28	日					
29	月	カレーピラフ・ブロッコリー・果物 ミネストローネスープ・ゆで卵	白がゆ・野菜の煮込みスープ マッシュポテト・果物	ひき肉・ミックスベジタブル・マカロニ 人参・玉葱・ベーコン・じゃが芋	お菓子	手作りおやつ
30	火	ホッケののどろろ煮・味噌汁 海藻サラダ	白がゆ・魚ののどろろ煮 味噌汁・果物	ホッケ・小松菜・人参・もやし・豆腐 ワカメ・ハム・胡瓜	お菓子	お菓子