

6月予定献立表 (13ヶ月)

令和3年度 ひかり保育園

日付	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ
1 (火)	ふかし芋 フォローアップミルク	ごはん, 豚肉の和風煮, 五目きんぴら キャベツときゅうりの和え物, 麦茶	あん食パン フォローアップミルク
2 (水)	フォローアップミルク	ナポリタン, ビーンズサラダ さくらんぼ , 麦茶	味噌おにぎり フォローアップミルク
3 (木)	フォローアップミルク	わかめごはん, 魚の照り焼き, 高野豆腐と昆布の煮物 ポテトサラダ, 麦茶	かりんとう フォローアップミルク
4 (金)	ゆでそら豆 フォローアップミルク	ごはん, 回鍋肉, 豆腐と玉ねぎのスープ もやしときゅうりの和え物, 麦茶	フルーツポンチ フォローアップミルク
5 (土)	フォローアップミルク	家庭弁当 麦茶	フォローアップミルク
7 (月)	フォローアップミルク	ごはん, トマトクリーム煮 コーンサラダ, オレンジ, 麦茶	ちんすこう フォローアップミルク
8 (火)	人参の甘煮 フォローアップミルク	ごはん, 和風ハンバーグ, なすと豆腐の煮浸し トマトサラダ, 麦茶	さつまいもスティック フォローアップミルク
9 (水)	ねりきなこ フォローアップミルク	ツナサンド, 野菜スープ 蒸し鶏と春野菜のサラダ, メロン , 麦茶	豆ごはん フォローアップミルク
10 (木)	フォローアップミルク	ごはん, 煮魚, いんげん のベーコン巻き ひじきサラダ, 麦茶	ジャージャー麺 フォローアップミルク
11 (金)	スティックきゅうり フォローアップミルク	ごはん, ミートグラタン, 南瓜の甘煮 ブロッコリーサラダ, 麦茶	[誕生日会] ふんわりケーキ フォローアップミルク
12 (土)	フォローアップミルク	家庭弁当 麦茶	フォローアップミルク
14 (月)	ジャガバタ フォローアップミルク	ごはん, かきあげ, がんもの含め煮 ほうれん草の海苔酢和え, 麦茶	蒸しパン フォローアップミルク
15 (火)	フォローアップミルク	焼きそば, 中華スープ, わかめサラダ さくらんぼ , 麦茶	焼きおにぎり フォローアップミルク
16 (水)	チーズ フォローアップミルク	ごはん, マーボ豆腐, さつま芋のレモン煮 いんげん のごまマヨ和え, 麦茶	ヨーグルトゼリー フォローアップミルク
17 (木)	フォローアップミルク	炊き込みご飯, かつお の和風煮, ゆで枝豆 キャベツの味噌汁, 麦茶	プレーンクッキー フォローアップミルク
18 (金)	バナナ フォローアップミルク	ごはん, 豚肉の生姜焼き, 切干し大根と大豆の煮物 キャベツのおかか和え, 麦茶	ピザパン フォローアップミルク
19 (土)	フォローアップミルク	家庭弁当 麦茶	フォローアップミルク
21 (月)	ねりきなこ フォローアップミルク	ごはん, ツナ水餃子, にんじんしりしり ブロッコリーとハムの白和え, 麦茶	じゃが芋もち フォローアップミルク
22 (火)	ゴールドンキウイフルーツ フォローアップミルク	ごはん, 中華風かけ納豆, さつま揚げの含め煮 もやしと人参の和え物, 麦茶	和風スパゲッティ フォローアップミルク
23 (水)	粉ふき芋 フォローアップミルク	セサミパン, ポークチャップ かぶのコンソメ煮, きのかまりネ, 麦茶	五目ご飯 フォローアップミルク
24 (木)	フォローアップミルク	ごはん, 魚のみそ焼き, 五目ビーフン なすのさっぱり和え, 麦茶	レーズンスコーン フォローアップミルク
25 (金)	フォローアップミルク	ごはん, 鶏肉の唐揚げ, きんぴらごぼう コロコロサラダ, 麦茶	ふかし芋 フォローアップミルク
26 (土)	フォローアップミルク	家庭弁当 麦茶	フォローアップミルク
28 (月)	グレープフルーツ フォローアップミルク	ごはん, ツナグラタン, 生揚げの味噌バター炒め マカロニサラダ, 麦茶	ミルクもち フォローアップミルク
29 (火)	チーズ フォローアップミルク	ごはん, 豚挽き肉のトマト煮, グリーン サラダ, メロン , 麦茶	ホットケーキ フォローアップミルク
30 (水)	フォローアップミルク	ごはん, 肉団子の甘酢あん, ひじきの煮物 南瓜のごま和え, 麦茶	キャロット蒸しパン フォローアップミルク

今月の旬の食材

さくらんぼ・メロン・いんげん・じゃがいも・カツオ

目標：離乳食完了がスムーズに出来るようにしましょう

