


6月給食献立表(幼児食)

令和6年5月31日 めぐみ保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日付						1日
昼食	食事と健康「五感で食べる」 毎日の食事はとても大切で、育るうえで欠かせないものです。食べ物をおいしいと感じるには、人間の五感(視覚、味覚、触覚、聴覚、嗅覚)が大きく作用します。 視覚:色どり、艶、形などを目で感じる。日本料理では盛り付けに白・黒・赤・黄・青の五色を大切にしている。 味覚:甘味、酸味、塩味、苦味、うま味などを舌で感じる。 触覚:歯や舌で、食材の切り方による歯ごたえや、温度を感じる。 聴覚:ジュウ、サクサクなどの調理音や咀嚼音を耳で感じる。					肉うどん ジャーマンポテト フルーツ
午後のおやつ						お菓子 牛乳
食材						豚肉・玉葱・小松菜・人参・うどん・コーン・じゃが芋・ウインナー

日付	3日	4日	5日	6日	7日	8日
昼食	ごはん 鮭のポテトクリーム焼き 切干大根煮 みそ汁 フルーツ	ごはん ミートボール酢豚 わかめとしらすの カリカリサラダ スープ フルーツ	わかめうどん 五色和え ウインナー ヨーグルト	ごはん とりごぼうつくね キャベツとひじきのマヨサラダ みそ汁 フルーツ	エビピラフ ポークビーンズ ブロッコリー スープ ゼリー	ミートソーススパゲッティ ポテトサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	抹茶プリン 麦茶	レモンシュガートースト 牛乳	ゆかりおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	チーズ里芋もち 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・鮭・コーンクリーム・玉葱・じゃが芋・絹さや・油揚げ・白滝・人参・切干し大根・キャベツ	米・ピーマン・人参・玉葱・ミートボール(冷凍)・コーン・枝豆・油揚げ・しらす・トマト・わかめ・小松菜	うどん・鶏肉・玉葱・わかめ・大根・人参・ハム・コーン・ほうれん草・ウインナー	米・ごぼう・鶏肉・トマト・ハム・ひじき・キャベツ・えのき・小葱	米・エビ・人参・玉葱・グリーンピース・ピーマン・玉葱・大豆・枝豆・豚肉・ブロッコリー・大根	スパゲッティ・玉葱・豚肉・じゃが芋・きゅうり・コーン・ハム・えのき

★誕生会★

日付	10日	11日	12日	13日	14日	15日
昼食	ハヤシライス ごぼうサラダ トマトとわかめのナムル スープ フルーツ	ごはん カレイの黄金焼き おかか和え みそ汁 フルーツ	和風スパゲッティ コロコロサラダ スープ ゼリー	ごはん 鶏肉の塩麹焼き チンゲン菜の和え物 すまし汁 ヨーグルト	味噌ラーメンor醤油ラーメン 枝豆サラダ スティック野菜 2色ゼリー	焼きそば たたききゅうり スープ フルーツ
午後のおやつ	おからクッキー 牛乳	カルピスゼリー 麦茶	わかめおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	しっとりチョコ 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・玉葱・グリーンピース・人参・じゃが芋・豚肉・ハム・きゅうり・ごぼう・人参・コーン・トマト・わかめ・青梗菜	米・カレイ・ほうれん草・人参・もやし・なめこ・葱	スパゲッティ・ベーコン・玉葱・椎茸・舞茸・のり・トマト・きゅうり・ちくわ・小松菜・ハム・玉葱	米・鶏肉・コーン・人参・青梗菜・ハム・わかめ・豆腐	中華麺・豚肉・ニラ・もやし・トマト・きゅうり・ハム・枝豆・大豆・大根	中華麺・玉葱・豚肉・キャベツ・人参・もやし・きゅうり・パプリカ・塩昆布・玉葱

日付	17日	18日	19日	20日	21日	22日
昼食	ごはん 麻婆豆腐 シーフードサラダ スープ フルーツ	麦ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 中華風ポテトサラダ みそ汁 フルーツ	カニクリームトースト 豆と根菜のサラダ ナゲット スープ フルーツ	ごはん 白肉じゃが キャベツのコーン煮 みそ汁 ヨーグルト	納豆ごはん なめたけ和え しゅうまい みそ汁 ゼリー	きつねうどん さつま芋の塩バター和え フルーツ
午後のおやつ	ベーコンポテトパイ 牛乳	塩ちんすこう 牛乳	揚げ団子 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・豚肉・葱・椎茸・人参・葱・エビ・パプリカ・きゅうり・レタス・えのき・青梗菜	米・押し麦・鶏肉・マーマレードジャム・じゃが芋・きゅうり・わかめ・かにかま・もやし	食パン・かにかま・人参・ツナ・枝豆・大豆・コーン・蓮根・ごぼう・ナゲット(冷凍)・キャベツ	米・人参・じゃが芋・玉葱・絹さや・豚肉・キャベツ・コーン・かぶ	米・納豆・チーズ・なめたけ・ほうれん草・人参・白菜・しゅうまい(冷凍)・キャベツ	うどん・豚肉・油揚げ・人参・玉葱・葱・さつま芋

★給食参観★

★給食参観★

日付	24日	25日	26日	27日	28日	29日
昼食	ごはん 豚肉のチャブチエ のり塩ポテト みそ汁 ヨーグルト	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き いそあえ みそ汁 フルーツ	ごはん 豚肉の梅みそ焼き ひじき煮 すまし汁 フルーツ	ごはん 肉豆腐 即席漬け みそ汁 フルーツ	カレーライス コールスローサラ スープ ゼリー	タンメン 南瓜サラダ フルーツ
午後のおやつ	焼きいも 牛乳	マラーカオ 牛乳	野菜ポッキー 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・豚肉・春雨・ピーマン・人参・玉葱・じゃが芋・なめこ・葱	米・鮭・コーン・のり・もやし・人参・ほうれん草・えのき・玉葱	米・豚肉・梅干し・ひじき・絹さや・白滝・人参・油揚げ・もやし	米・豚肉・豆腐・椎茸・玉葱・絹さや・人参・キャベツ・かぶ	米・鶏肉・人参・じゃが芋・玉葱・ハム・コーン・キャベツ・ほうれん草	中華麺・豚肉・もやし・人参・玉葱・きくらげ・葱・レーズン・クリームチーズ・南瓜