

6月の献立表 除去食
*おやつは各クラスで対応します

2019年6月
四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	カや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
1	土	紫いも せんべい	紫いも せんべい	焼き米粉糰	豚肉・かつお節	米粉麺・しょうゆ・みりん 油・塩・こしょう	キャベツ・人参・もやし	わかめおにぎり お茶	わかめ 米 お茶
				きゅうりの酢の物	わかめ	酢・砂糖・しょうゆ	きゅうり		
				味噌汁	味噌・だし昆布・かつお節		白菜・ねぎ		
3	月	参観週間 玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	松風焼き	鶏ミンチ	しょうゆ・みりん・砂糖 塩・油	人参・しいたけ・絹さや	大学芋 牛乳	さつまいも しょうゆ 砂糖 油 牛乳
				ブロッコリーおなか和え	かつお節	しょうゆ・みりん	ブロッコリー		
				ひじきとツナの炒め煮	ひじき・ツナ	しょうゆ・砂糖・ごま油	キャベツ・人参		
				味噌汁	味噌・だし昆布・かつお節		オクラ・しめじ		
				ゆかりごはん		米	ゆかり		
4	火	参観週間 オレンジ	オレンジ	あじ南蛮漬	あじ	塩・こしょう・片栗粉・油 酢・しょうゆ・砂糖	たまねぎ・ピーマン・赤パプリカ	恐竜の卵 牛乳	白玉粉 上新粉 黒砂糖 ベーキング パウダー 牛乳
				野菜の磯和え	刻みのり	しょうゆ・砂糖	白菜・チンゲン菜・人参		
				みそ汁	かつお節・味噌・だし昆布		ほうれん草		
				ごはん		米			
5	水	参観週間 赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	八宝菜	豚肉	片栗粉・塩・油・しょうゆ うまい中華スープ・料理酒	白菜・人参・たけのこ たまねぎ・きくらげ・生姜	わらびもち 牛乳	片栗粉 砂糖 黒糖 牛乳
				パンパンジー風春雨サラダ	ささみ・味噌	春雨・しょうゆ・みりん 砂糖	きゅうり・コーン		
				中華スープ	わかめ	うまい中華スープ・塩			
				ごはん		米			
6	木	参観週間 紫いも せんべい	紫いも せんべい	鶏のから揚げ	鶏肉	塩・こしょう・しょうゆ・料理酒 片栗粉・油・ごま油	生姜	黒糖蒸しパン 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 黒糖 レーズン 牛乳
				キャベツのゆかり和え		ゆかり	キャベツ		
				カラフルサラダ		しょうゆ・砂糖・ごま油	アスパラ・赤パプリカ・黄パプリカ		
				すまし汁	かつお節・だし昆布	米粉麺・しょうゆ・みりん・塩	小松菜		
				ごはん		米			
7	金	参観週間 ソフトな 塩せん	ソフトな 塩せん	ほきのうま梅ソース	ホキ	塩・こしょう・しょうゆ みりん・砂糖	ねぎ・梅肉	磯ポテト 牛乳	じゃがいも 片栗粉 しょうゆ みりん 砂糖 油 青のり 牛乳
				スナックえんどう			スナックえんどう		
				かぼちゃの煮物	だし昆布・かつお節	しょうゆ・砂糖・みりん	南瓜・人参・しいたけ・グリーンピース		
				味噌汁	味噌・だし昆布・かつお節		たまねぎ		
				ごはん		米			
8	土	参観週間 赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	豚肉の生姜焼き	豚肉	しょうゆ・料理酒・みりん 砂糖・油	たまねぎ・赤ピーマン・キャベツ ピーマン・生姜	ジャムサンド 牛乳	塩せんべい イチゴジャム 牛乳
				しゅうまい	豚ミンチ	米粉のぎょうざの皮	生姜		
				すまし汁	わかめ・かつお節・だし昆布	塩・しょうゆ・みりん	えのき		
				ごはん		米			
10	月	ソフトな 塩せん	ソフトな 塩せん	おろしハンバーグ	合ミンチ	しょうゆ・砂糖・みりん	玉ねぎ・大根・ねぎ	黒糖マカロニ 牛乳	米粉マカロニ 黒糖 牛乳
				チンゲン菜のソテー		塩・油	チンゲン菜・コーン		
				ハリハリ大根サラダ		酢・しょうゆ・砂糖	切干大根・きゅうり・人参		
				味噌汁	味噌・だし昆布・かつお節		キャベツ		
				ごはん		米			
11	火	粉ふきいも	じゃがいも	ハヤシライス	牛肉	米・砂糖・ウスターソース ケチャップ	たまねぎ・マッシュルーム缶 人参・グリーンピース	お好み焼き 牛乳	米粉 豚ミンチ キャベツ こんにゃく 油 とんかつソース ケチャップ 青のり 牛乳
				れんこんサラダ		しょうゆ・砂糖	れんこん・きゅうり・トマト		
				オレンジ			オレンジ		
12	水	紫いも せんべい	紫いも せんべい	ささみの天ぷら	ささみ	塩・料理酒・片栗粉・油		ジャムサンド 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス イチゴジャム 牛乳
				いんげんの和え物		しょうゆ・砂糖	いんげん		
				南瓜の煮物		しょうゆ・砂糖・みりん 片栗粉	かぼちゃ・グリーンピース		
				味噌汁	かつお節・だし昆布・味噌		えのき・青ねぎ		
				ごはん		米			
13	木	りんご	りんご	新生姜ごはん	鶏ミンチ・だし昆布・かつお節	米・料理酒・しょうゆ・みりん	新生姜	ドーナツ 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 油 グラニュー糖 牛乳
				鮭のちゃんちゃん焼き	鮭・味噌	砂糖・みりん	もやし・キャベツ・人参		
				さつまいもサラダ		さつまいも・塩・砂糖	きゅうり・レーズン		
				すまし汁	だし昆布・かつお節	しょうゆ・みりん・塩	ほうれん草		
14	金	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	麻婆大根	豚ミンチ	ごま油・砂糖・しょうゆ うまい中華スープ・片栗粉	大根・たまねぎ・ねぎ・たけのこ 干椎茸	オレンジゼリー お茶	オレンジジュース ゼラチン 寒天 砂糖 みかん お茶
				れんこんと人参の二色なます	味噌・八丁味噌	酢・砂糖・塩	れんこん・人参		
				中華スープ		うまい中華スープ・塩	ちんげん菜		
				ごはん		米			

6月の献立表 除去食
*おやつは各クラスで対応します

2019年6月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL 6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	カや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
15	土	ソフトな塩せん	ソフトな塩せん	カレーピラフ	牛ミンチ	米・塩・こしょう・カレー粉	玉ねぎ・人参・ピーマン	焼きおにぎり 牛乳	米 しょうゆ みりん 牛乳
				ほうれん草のソテー	ウインナー	しょうゆ・油	ほうれん草・コーン		
				ミネストローネ		ベジタブルコンソメ	キャベツ・ブロッコリー・トマト		
17	月	紫いもせんべい	紫いもせんべい	白身魚の竜田揚げ	ほき	しょうゆ・片栗粉・油		もちもち 青のりパン 牛乳	白玉粉 油 塩 青のり 牛乳
				オクラのおかか和え	かつお節	しょうゆ・みりん	オクラ・トマト		
				ひじきの炒め煮	ひじき・かつお節・だし昆布	こんにゃく・しょうゆ・砂糖	人参・絹さや		
				味噌汁	味噌・だし昆布・かつお節	みりん	白菜・チンゲン菜		
				ごはん		米			
18	火	オレンジ	オレンジ	音楽指導	ミートボールのクリームシチュー	鶏ミンチ	じゃがいも・シチューの王子様	チャーハン お茶	米 ピーマン 豚ミンチ 人参 油 うまい中華スープ 塩 こしょう お茶
				大根サラダ		酢・しょうゆ・砂糖・油	大根・人参・コーン		
				ごはん		米			
19	水	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	チャンプルー	豚肉	料理酒・油・しょうゆ	もやし・キャベツ・ニラ	ホットケーキ 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 牛乳
				春雨サラダ		塩・こしょう・うまい中華スープ	人参		
				中華スープ		春雨・酢・砂糖・しょうゆ	きゅうり・人参		
				ごはん		うまい中華スープ・塩	ほうれん草		
20	木	かぼちゃ煮	南瓜	蒸し魚のきのこあんかけ	たら	片栗粉・しょうゆ・みりん	生姜・しめじ・えのき	アップルパイ 牛乳	りんご 米粉のぎょうざの皮 油 牛乳
				きんぴらごぼう		しょうゆ・みりん・砂糖・ごま油	ごぼう・赤パプリカ・絹さや		
				味噌汁	わかめ・味噌・だし昆布・かつお節	こんにゃく			
				ごはん		米			
21	金	ソフトな塩せん	ソフトな塩せん	鶏肉のママレード焼き	鶏肉	ママレード・しょうゆ		クッキー 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 油 砂糖 牛乳
				アスパラソテー		塩・油	アスパラ・しめじ		
				マカロニサラダ		米粉マカロニ・塩・こしょう	赤パプリカ・黄パプリカ・きゅうり		
				すまし汁	だし昆布・かつお節	しょうゆ・みりん・塩	ほうれん草		
				ごはん		米			
22	土	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	ミートスパゲティ	合ミンチ	米粉スパゲティ・ケチャップ	たまねぎ・トマト	ゆかりおにぎり お茶	ゆかり 米 お茶
				コールスローサラダ		油・ベジタブルコンソメ・砂糖	マッシュルーム・パセリ		
				りんご		酢・砂糖・塩・こしょう・油	キャベツ・人参・コーン		
24	月	紫いもせんべい	紫いもせんべい	肉じゃが	牛肉・かつお節	じゃが芋・糸こんにゃく	人参・玉ねぎ	ケチャップライス 牛乳	米 ケチャップ ピーマン ウインナー コーン 牛乳
				ほきの磯辺揚げ	ほき・青のり	しょうゆ・砂糖・みりん	絹さや		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌	片栗粉・塩・油			
				ごはん		なめこ・小松菜			
25	火	ふかしもち	さつまいも	カエルさんの お子様ランチプレート	わかめ	米	レーズン・人参	黄桃ケーキ 牛乳	米粉ホットケーキ ミックス 砂糖 黄桃 粉糖 牛乳
				(わかめご飯、かれいの竜田揚げ、ブチトマト)	かれい	片栗粉・しょうゆ・みりん・油	生姜		
				大根サラダ		しょうゆ・砂糖・みりん	ブチトマト		
				すまし汁	だし昆布・かつお節	酢・しょうゆ・砂糖	大根・きゅうり・人参		
				ごはん		しょうゆ・みりん・塩	オクラ		
26	水	ソフトな塩せん	ソフトな塩せん	あんかけハンバーグ	合ミンチ	しょうゆ・砂糖・みりん・片栗粉	玉ねぎ	ようかん 牛乳	こしあん 寒天 吉野葛 砂糖 塩 牛乳
				ほうれん草ソテー		油・塩・こしょう	ほうれん草・しめじ		
				フラワーサラダ	ツナ	酢・しょうゆ・砂糖	ブロッコリー・カリフラワー・人参		
				味噌汁	味噌・だし昆布・かつお節		白菜・ねぎ		
				ごはん		米			
27	木	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	さんまの塩焼き	さんま	塩		手作り ポテトチップス 牛乳	じゃがいも 油 塩 牛乳
				いんげんの和え物		しょうゆ・砂糖	いんげん		
				五目煮	鶏肉	こんにゃく・しょうゆ・砂糖・みりん	大根・人参・干椎茸・絹さや		
				味噌汁	わかめ・味噌・かつお節・だし昆布		玉ねぎ		
				ごはん		米			
28	金	紫いもせんべい	紫いもせんべい	豚肉のケチャップ煮	豚肉	ケチャップ・砂糖・しょうゆ	玉ねぎ・しめじ	黒糖マカロニ オレンジ 牛乳	米粉マカロニ 黒糖 オレンジ 牛乳
				スナップえんどう			スナップえんどう		
				ひじきサラダ	ひじき	酢・しょうゆ・砂糖	キャベツ・もやし・きゅうり・人参		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		ほうれん草		
				ごはん		米			
29	土	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	味噌ラーメン	豚ミンチ・味噌	米粉麺・うまい中華スープ	キャベツ・もやし・コーン	おかかおにぎり お茶	かつお節 米 お茶
				チンゲン菜の中華和え		塩・こしょう・みりん	チンゲン菜・しめじ・人参		
				ブチゼリー		しょうゆ・砂糖・ごま油	ブチゼリー		