

2021年度 6月 乳幼児食予定献立表

社会福祉法人 雲柱社 祖師谷保育園

日	曜日	献立		材料			栄養価	
		昼食	おやつ	力・熱になるもの	血・肉になるもの	身体の調子を整えるもの	I補料 (kcal)	タンパク質 (g)
1 ・ 15	火	大豆の打ち豆ごはん(福井県) 爆弾ハンバーグ(栃木県) みそかんづら(福島県) すまし汁	牛乳 ふくれ蒸しパン メロン(鹿児島県)	胚芽米 きび糖 生パン粉 なたね油 じゃがいも 小麦粉 黒砂糖 ベーキングパウダー	牛乳 豆乳 大豆 豚ひき肉 味噌 煮干し(出汁用)	枝豆 干し椎茸 玉葱 きゅうり 大根 ほうれん草 メロン	585 23.6 16.1 2.1	
2 ・ 16	水	ごはん 鱈の南蛮漬(山口県) じゃこわかめのすだち和え(徳島県) 味噌汁	豆乳 2: にこちゃんクッキー 16: クッキー	胚芽米 片栗粉 なたね油 きび糖 バター 上白糖 小麦粉 ピュアココア	豆乳 あじ ちりめんじゃこ 生わかめ 凍り豆腐 味噌 煮干し(出汁用)	生姜 人参 玉葱 ピーマン キャベツ もやし すだち まいたけ	604 23.3 22.8 1.9	
3 ・ 29	木 ・ 火	笠岡ラーメン(岡山県) もやしのナムル	牛乳 肉巻き風おにぎり (宮崎県) 小玉スイカ	蒸し中華麺 ごま油 きび糖 胚芽米	牛乳 鶏肉 豚肉 プロセスチーズ 鶏ガラ缶 かつお節・煮干し(出汁用)	にんにく 小松菜 生姜 ねぎ もやし ほうれん草 人参 しめじ 焼きのり 小玉スイカ	535 27.6 15.5 2.4	
4 ・ 18	金	ごはん いわしの梅じそおろし焼き(千葉県) 小松菜の厚揚げ和え 味噌汁	牛乳 サターアングギー (沖縄県) 甘夏	胚芽米 きび糖 米粉 小麦粉 バター 上白糖 なたね油 ベーキングパウダー	牛乳 まいわり ロースハム おから 味噌 生揚げ 煮干し(出汁用)	梅 大葉 大根 小松菜 人参 玉葱 白菜 こねぎ 甘夏	546 23.7 17.2 2.1	
5 ・ 19	土	鶏めし丼(群馬県) キャベツの塩昆布和え 味噌汁	豆乳 飛行機ビスケット 塩せんべい	胚芽米 なたね油 きび糖 ごま油 さつまいも せんべい ビスケット	豆乳 鶏肉 塩昆布 味噌 煮干し(出汁用)	玉葱 生姜 人参 小松菜 キャベツ きゅうり	555 19.2 17.2 2.1	
7 ・ 21	月	7: 花型パン 21: 丸パン 朝いちうまいもんシチュー(栃木県) おかひじきと春雨のサラダ	豆乳 爆弾おにぎり(島根県) 小玉スイカ	7: 花型パン 21: 丸パン なたね油 じゃがいも バター 小麦粉 春雨 きび糖	豆乳 鶏肉 スキムミルク 牛乳 鶏ガラ缶	コーン缶 焼きのり 玉葱 人参 ブロッコリー おかひじき きゅうり アスパラガス 小玉スイカ	619 22.9 18.6 2.2	
8 ・ 22	火	ひるぜん さばの煮つけ(大阪府) ほうれん草の磯辺和え 泥亀汁(滋賀県)	牛乳 8: みかん食パン(岡山県) 22: あんかけスパゲティ (愛知県)	胚芽米 もち米 きび糖 8: 小麦粉・ベーキングパウダー バター・上白糖・卵黄 22: スパゲティ・なたね油・片栗粉	牛乳 鶏肉 まさば 22: ウイナー かつお節・煮干し(出汁用)	きざみのり ごぼう ふき いんげん 人参 ほうれん草 なす 生姜 えのきたけ 8: 甘夏・みかんジュース 22: 玉葱・ピーマン・マッシュルーム缶	558 22 18 2.1	588 26.3 19.1 2.7
9 ・ 23	水	亀山みそ焼きうどん(三重県) ブロッコリーとツナのサラダ 車麩のスープ(新潟県)	豆乳 さつまいももち メロン(鹿児島県)	干しうどん なたね油 きび糖 車麩 さつまいも 片栗粉 オートミール	豆乳 豚肉 ツナ缶 パルメザンチーズ 脱脂粉乳 赤みそ かつお節(出汁用)	玉葱 人参 たら キャベツ ブロッコリー 舞茸 小松菜 メロン	601 24.5 15.3 2.5	
10 ・ 24	木	ソースかつ丼(福島県) 大根ともずくのサラダ たら汁(富山県)	牛乳 杏仁豆腐	胚芽米 小麦粉 パン粉 なたね油 きび糖 上白糖	牛乳 豚肉 もずく まだら ゼラチン 味噌 かつお節(出汁用)	キャベツ トマト 大根 人参 きゅうり かぶ ごぼう 玉葱 みかん缶 メロン	523 26.1 12.8 1.8	
11 ・ 30	金 ・ 水	ごはん かじきの治部煮(石川県) 五目おぼろ めった汁(石川県)	牛乳 きなこ揚げパン (東京都)	胚芽米 なたね油 きび糖 ごま油 片栗粉 ロールパン 糸こんにゃく さつまいも	牛乳 めかじき 油揚げ 豚肉 味噌 きなこ ロースハム 煮干し(出汁用)	生姜 もやし きゅうり 人参 玉葱 チンゲン菜	627 27.8 22.1 2.5	
12 ・ 26	土	ごはん ヘルシー塩唐揚げ(熊本県) かぼちゃフレンチ スープ	豆乳 胚芽クッキー 星っこ	胚芽米 米粉 片栗粉 なたね油 せんべい クッキー	豆乳 鶏肉 かつお節(出汁用)	にんにく 生姜 かぼちゃ さやいんげん 人参 もやし チンゲン菜	554 22 16 1.8	
14 ・ 28	月	うまカレー(熊本県) 海藻サラダ	豆乳 クラッカー 14: ぶどうゼリー 28: みかんゼリー	胚芽米 押麦 じゃがいも なたね油 はちみつ バター 小麦粉 きび糖 上白糖 カレー粉 クラッカー	豆乳 鶏肉 牛乳 海藻ミックス 生わかめ 粉寒天 鶏ガラ缶	にんにく 生姜 玉葱 人参 なす セロリー スッキーニ きゅうり もやし 14: ぶどう缶 ぶどうジュース 28: みかん缶 りんご	593 16 18 1.7	585 16.1 16.1 1.7
17 子ども祭り	木	黒石焼きそば(青森県) しょうゆフレンチ 焼きとうもろこし(北海道) 鶏肉のしんず(沖縄県)	ココア ふなやき(和歌山県)	蒸し中華麺 はちみつ なたね油 きび糖 上白糖 小麦粉 バター ピュアココア ベーキングパウダー 中ざら糖	牛乳 豚肉 鶏肉 鶏ガラ缶 青のり かつお節(出汁用)	玉葱 人参 もやし キャベツ ピーマン 小松菜 大根 ねぎ きゅうり	578 21.6 18.3 2.4	
25 誕生日会	金	シシリアンライス(佐賀県) モロヘイヤのナムル わかめのスープ	牛乳 浜松ギョーザ(静岡県) 小玉スイカ	胚芽米 なたね油 ごま油 ギョーザの皮 ノンエッグマヨネーズ	牛乳 豚肉 生わかめ 煮干し(出汁用)	玉葱 人参 生姜 くにんく レタス きゅうり トマト モロヘイヤ もやし たけのこ キャベツ たら 小玉スイカ	545 22.6 22.3 1.9	

※献立内容をよくご確認の上、はじめての食材は使用予定日より前に必ずご家庭でお試し下さい。何かありましたら、ご相談下さい。
※当日、献立内容が変更となる場合もありますがご了承ください。

《全国グルメツアー》

5月に続き、全国の郷土料理、B級グルメをたくさん取り入れた献立になっています！なかなか旅行にいけない日々が続いていますが、保育園の給食で全国のうまもんを食べつ

【食物アレルギー特定原材料27品目】

えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生
あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

※食物アレルギー特定原材料27品目とは:

食品衛生法により加工食品のアレルギー表示として定められているものです。
1段目の7品目は患者数の多さや症状の重さから表示が義務づけられています。
2段目以降の20品目は7品目と同様に表示をするように勧められているものです。
以上のことも参考に食材の確認をお願いします。

※食物アレルギー特定原材料27品目とは:

食品衛生法により加工食品のアレルギー表示として定められているものです。
1段目の7品目は患者数の多さや症状の重さから表示が義務づけられています。
2段目以降の20品目は7品目と同様に表示をするように勧められているものです。
以上のことも参考に食材の確認をお願いします。

