

令和4年 6月給食献立表

【今月の目標】・・・たくさん食べて元気に過ごしましょう。

須佐保育園

日	曜	主食 (未満児)	副 食 (共 通)	お や つ	
				10時(未満児)	3時(共通)
1	水	ご飯	※魚のタルタル卵焼き 野菜の胡麻和え 豆腐の味噌汁	牛乳/黄粉団子	ヤクルト/ポテトチップス/果物
2	木	麦ご飯	南瓜のカレーコロッケ きゅうりの酢の物 わかめスープ	牛乳/蒸しパン	牛乳/ぜんざい/果物
3	金	ご飯	ミートボール ポテトサラダ 野菜スープ	牛乳/煮りんご	牛乳/バナナマフィン
4	土	う ん ど う か い			
6	月	ご飯	豆腐ハンバーグ 切り干し大根の煮物 クリームシチュー	牛乳/ラスク	牛乳/ココアクッキー/果物
7	火	ご飯	春巻き 大豆のひじき煮 南瓜の味噌汁	牛乳/牛乳くずもち	牛乳/ミックスピザ/果物
8	水	玄米ご飯	魚のカレーフリッター 和風サラダ ポテトスープ	牛乳/焼きりんご	ヤクルト/あんまん/果物
9	木	パン	鶏肉のマスタード焼き シーチキンサラダ ちゃんぽん	牛乳/じゃがバター	牛乳/コーンおにぎり/果物
10	金	ご飯	すり身焼き 根菜のごまマヨサラダ とうもろこし 卵スープ	牛乳/ホットケーキ	牛乳/お好み焼き/果物
11	土	パン	イタリアンスパゲティ ブロッコリーのサラダ さつま芋スープ	牛乳/卵焼き	牛乳/いなり寿司/果物
13	月	ご飯	メンチカツ トマトのマリネ コーンクリームシチュー	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/フレンチトースト/果物
14	火	人参ご飯	焼きそば ほうれん草の土佐和え ビーンズスープ	牛乳/ココア蒸しパン	牛乳/アメリカンドック/果物
15	水	ひじきご飯	魚の南蛮漬け 南瓜サラダ 豚汁	牛乳/野菜グラッセ	牛乳/ピザまん/果物
16	木	ご飯	しゅうまい 高野豆腐の卵とじ 春雨のスープ	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/レーズン蒸しパン/果物
17	金	ご飯	ポークチャップ ジャーマンポテト かき卵汁	牛乳/ごまトースト	牛乳/あんこ巻き/果物
18	土	パン	ポテトグラタン 野菜のアーモンド和え オニオンスープ	牛乳/りんごレーズン煮	牛乳/中華おこわ/果物
20	月	ご飯	※ささ身のピカタ 五目きんぴら 豆シチュー	牛乳/ヨーグルトパン	牛乳/南瓜クッキー/果物
21	火	コーンご飯	鶏つくねの照り焼き きゅうりのしらす和え 卵とじうどん	牛乳/フルーツ蒸しパン	牛乳/シフォンケーキ/果物
22	水	ご飯	鮭のホイル焼き 竹輪の磯部揚げ 肉団子汁	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/もちもちパン/果物
23	木	ご飯	肉じゃが 春雨の酢の物 豆乳味噌スープ	牛乳/みたらし団子	牛乳/中華まん/果物
24	金	ご飯	豆腐団子の野菜あんかけ 南瓜の煮物 なめこの味噌汁	牛乳/チーズトースト	牛乳/梅が枝餅/果物
25	土	ご飯	野菜オムレツ ミックスごまめ チンゲン菜のスープ	牛乳/粉ふき芋	牛乳/ベーコンパン/果物
27	月	ご飯	餃子 もやしのナムル イエローシチュー	牛乳/人参蒸しパン	牛乳/クレープ/果物
28	火	パン	皿うどん 卵サラダ ミネストローネ	牛乳/フルーツホットケーキ	牛乳/青菜のおにぎり/果物
29	水	誕生会	 炊き込みご飯 チキンフラワー 野菜サラダ ミートポテト 豆腐のすまし汁	牛乳/菓子	牛乳/チーズケーキ/果物
30	木	ご飯	魚の磯部揚げ 筑前煮 すいとん汁	牛乳/黄粉トースト	牛乳/※あんこパイ/果物

※は新メニューです。



とうもろこしを美味しく食べよう！！



6月は夏野菜の一つである「とうもろこし」の旬がはじまる季節です。甘くてみずみずしいトウモロコシは栄養満点！！

とうもろこしの他にも、きゅうりやオクラなども旬を迎えます。

これからじめじめした梅雨の時期になります。体調を整えるためにも旬の野菜をたくさん食べて元気に過ごしましょう。

9日のおやつはとうもろこしのおにぎりを予定しています。