

令和5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	木	ご飯	えびカツ きゅうりの酢の物 豆腐の味噌汁	牛乳/ホットケーキ	牛乳/フレンチトースト/果物
2	金	ご飯	ミートボール ほうれん草のごま和え 南瓜のクリームスープ	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/バナナマフィン
3	土	う ん ど う か い おみやげ・・・ジャムパン、ハムチーズパン、ジュース			
5	月	ご飯	れんこんつくね 野菜のアーモンド和え コーンシチュー	牛乳/トースト	牛乳/ぜんざい/果物
6	火	パン	皿うどん トマトの卵とじ オニオンスープ	牛乳/焼きりんご	牛乳/かしわおにぎり/果物
7	水	ひじきご飯	魚の磯部揚げ 南瓜のそぼろ煮 野菜の納豆和え わかめスープ	牛乳/黄粉団子	ヤクルト/ソーメン汁/果物
8	木	ご飯	酢どり ポテトサラダ すいとん汁	牛乳/ヨーグルトパン	牛乳/クレープ/果物
9	金	ご飯	えびしゅうまい 切り干し大根の煮物 厚揚げの味噌汁	牛乳/蒸しパン	牛乳/さつま芋とりんごの春巻き
10	土	わかめご飯	焼きそば 三色和え ポテトスープ	牛乳/卵焼き	牛乳/チーズパン/果物
12	月	ご飯	餃子 中華サラダ ポタージュスープ	牛乳/黄粉トースト	牛乳/照り焼きピザ/果物
13	火	パン	イタリアンスパゲティ 根菜のサラダ 野菜スープ	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/コーンおにぎり/果物
14	水	ご飯	魚の南蛮漬 け マカロニサラダ 南瓜の味噌汁	牛乳/りんごのレーズン煮	ヤクルト/黒糖蒸しパン/果物
15	木	ご飯	野菜のかき揚げ トマトのマリネ 肉団子汁	牛乳/みらたし団子	牛乳/チヂミ/果物
16	金	ご飯	オムレツ ミックスごまめ チンゲン菜のスープ	牛乳/野菜グラッセ	牛乳/ごま団子/果物
17	土	ご飯	キャベツと豚肉の柔らか煮 南瓜のサラダ 卵スープ	牛乳/磯部卵焼き	牛乳/ココアクッキー/果物
19	月	ご飯	春巻き ひじきの炒め煮 ビーフシチュー	牛乳/とうもろこし	牛乳/あんぱん/果物
20	火	パン	鶏の照り焼き ジャーマンポテト ちゃんぽん	牛乳/牛乳くずもち	牛乳/五目いなり寿司/果物
21	水	ご飯	魚のタルタル卵焼き 和風サラダ 豆乳味噌スープ	牛乳/ラスク	牛乳/お好み焼き/果物
22	木	ご飯	コロッケ 野菜の土佐和え なめこの味噌汁	牛乳/人参蒸しパン	牛乳/とうもろこし/果物
23	金	ご飯	ホイコーロー スパゲティサラダ さつま芋のスープ	牛乳/煮りんご	牛乳/まんじゅう/果物
24	土	人参ご飯	ビーフン炒め 卵サラダ ミネストローネ	牛乳/じゃがバター	牛乳/黄粉団子/果物
26	月	ご飯	ハンバーグ 野菜のマヨ炒め クリームシチュー	牛乳/ココアホットケーキ	牛乳/中華まん/果物
27	火	ごまご飯	鮭のカレーマヨ焼き シーチキンサラダ 野菜ラーメン	牛乳/粉ふき芋	牛乳/コーンパン/果物
28	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 かき卵汁	牛乳/菓子	牛乳/チーズケーキ/果物
29	木	ご飯	納豆入りさつま揚げ 五目きんぴら 豚汁	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/あんこパイ/果物
30	金	ご飯	ピーマンの肉詰め コールスローサラダ カレー汁	牛乳/チーズトースト	牛乳/アメリカンドック/果物



～今月のレシピ～ コーンパン



【材料】8個分

強力粉 200g
砂糖 大さじ1
ドライイースト 小さじ1
塩 ひとつまみ
ぬるま湯 120cc
サラダ油 大さじ1
コーン缶 適量

【作り方】

- ①ボールに強力粉、砂糖、ドライイースト、塩を入れたら、ぬるま湯を3回～4回に分けて入れ、混ぜる。
- ②生地がまとまったらサラダ油をいれよく捏ねる。
- ③生地に艶が出るまでこねたらボールに濡れ布巾を被せ室温で1時間発酵させる。
- ④発酵後、コーンを入れ混ぜ合わせ8等分して丸める。
- ⑤220℃のオーブンで10～13分程度焼く。



気温があがるこれからの季節が食中毒が最も多いので気を付けていきます