

令和6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	土		う ん ど う か い	おみやげ・・・菓子詰め合わせ、ジュース	
3	月	ご飯	ミートボール マカロニサラダ コーンシチュー	牛乳/ごまトースト	牛乳/ぜんざい/果物
4	火	パン	皿うどん ジャーマンポテト オニオンスープ	牛乳/煮りんご	牛乳/鮭しそおにぎり/果物
5	水	ひじきご飯	魚の磯部揚げ ほうれん草の納豆和え 豚汁	牛乳/黄粉マカロニ	ヤクルト/フレンチトースト/果物
6	木	ご飯	野菜の肉巻き ポテトサラダ 中華スープ	牛乳/人参蒸しパン	牛乳/照り焼きチキンピザ/果物
7	金	ご飯	納豆入りさつま揚げ きゅうりの酢の物 南瓜の味噌汁	牛乳/ホットケーキ	牛乳/あんまん/果物
8	土	わかめご飯	焼きそば ミックスごまめ かき卵汁	牛乳/蒸し芋	牛乳/ほうれん草マフィン/果物
10	月	ご飯	豆腐のつくね 和風サラダ イエローシチュー	牛乳/卵焼き	牛乳/お好み焼き/果物
11	火	パン	和風スバゲティ 野菜のアーモンド和え さつま芋スープ	牛乳/牛乳くずもち	牛乳/梅じゃこおにぎり/果物
12	水	ご飯	魚のフライ トマトのマリネ すいとん汁	牛乳/じゃがバター	ヤクルト/もちもちパン/果物
13	木	ご飯	豚肉の生姜焼き 筑前煮 卵スープ	牛乳/みたらし団子	牛乳/ソーメン汁/果物
14	金	ご飯	コロッケ ひじきの煮物 チンゲン菜の味噌汁	牛乳/ヨーグルトホットケーキ	牛乳/クレープ/果物
15	土	パン	南瓜グラタン ミモザサラダ 野菜スープ	牛乳/ココア蒸しパン	牛乳/いなり寿司/果物
17	月	ご飯	えびしゅうまい 切り干し大根の煮物 ポタージュスープ	牛乳/ラスク	牛乳/梅が枝餅/果物
18	火	ごまご飯	鶏の照り焼き 南瓜サラダ ※五目うどん	牛乳/フルーツ寒天	牛乳/ベーコンパン/果物
19	水	ご飯	魚の黄金焼き ごぼうサラダ 春雨スープ	牛乳/野菜グラッセ	牛乳/ポテトチップス/果物
20	木	ご飯	野菜オムレツ フルーツ入りサラダ カレー汁	牛乳/りんごのレーズン煮	牛乳/とうもろこし/果物
21	金	ご飯	春巻き 野菜の土佐和え 豆腐の味噌汁	牛乳/磯部卵焼き	牛乳/さつま芋スティックパイ/果物
22	土	パン	ミートスバゲティ ウィナーの卵とじ コーンスープ	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/中華おこわ/果物
24	月	ご飯	魚のカラフル焼き 厚揚げのそぼろ煮 とうもろこし さつま芋の味噌汁	牛乳/黄粉団子	牛乳/※ふわふわドーナツ/果物
25	火	パン	豚肉のピカタ マセドアンサラダ ちゃんぽん	牛乳/焼きりんご	牛乳/コーンおにぎり/果物
26	水	誕生会 	ピラフ チキンフラワー 三色和え ミートポテト わかめスープ	牛乳/菓子	牛乳/ロールケーキ/果物
27	木	ご飯	魚のムニエル ほうれん草のごま和え とうもろこし ポテトスープ	牛乳/レーズン蒸しパン	牛乳/チヂミ/果物
28	金	ご飯	えびカツ シーチキンサラダ 豆腐のすまし汁	牛乳/ココアホットケーキ	牛乳/ピザまん/果物
29	土	人参ご飯	ビーフン炒め もやしのナムル チンゲン菜のスープ	牛乳/とうもろこし	牛乳/バナナマフィン



今月のレシピ～納豆入りさつま揚げ～

【材料】4人分

すり身 200g
玉ねぎ 1/2個
人参 1/2本
ねぎ 50g
ごぼう 1/4本
納豆 1パック

【作り方】

- ①玉ねぎ、人参、ねぎ、ごぼうはみじん切りに切る。
- ②すり身と①で切った材料、納豆を入れよく混ぜる。
- ③170℃に油を熱する。
- ④②の生地を手で成形したり、スプーンですくって油の中に落とししていく。
- ⑤170℃で6分ほど揚げる（火の通りをよくするためひらっぺたくしたほうが良い。
- ⑥油を切ったら、完成！

※すり身に味が付いているので味つけはしなくても大丈夫です。