


6月給食献立表(完了食)

令和6年5月31日 めぐみ保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日付						1日
昼食	食事と健康「五感で食べる」 毎日の食事はとても大切で、育るうえで欠かせないものです。食べ物をおいしいと感じるには、人間の五感(視覚、味覚、触覚、聴覚、嗅覚)が大きく作用します。 視覚:色どり、艶、形などを目で感じる。日本料理では盛り付けに白・黒・赤・黄・青の五色を大切にしている。 味覚:甘味、酸味、塩味、苦味、うま味などを舌で感じる。 触覚:歯や舌で、食材の切り方による歯ごたえや、温度を感じる。 聴覚:ジュウ、サクサクなどの調理音や咀嚼音を耳で感じる。					肉うどん ジャーマンポテト フルーツ
午後のおやつ						お菓子 牛乳
食材						豚肉・玉葱・小松菜・人参・うどん・コーン・じゃが芋・ウインナー

日付	3日	4日	5日	6日	7日	8日
昼食	ごはん 鮭煮 切干大根煮 みそ汁 フルーツ	ごはん 豚肉煮 わかめとしらすの カリカリサラダ スープ フルーツ	わかめうどん 五色和え ウインナー ヨーグルト	ごはん とりごぼうつくね キャベツとひじきのサラダ みそ汁 フルーツ	ピラフ ポークビーンズ ブロッコリー スープ ゼリー	ミートソーススパゲッティ ポテトサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	ヨーグルト 麦茶	食パン 牛乳	おにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	焼きいも 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・鮭・玉葱・じゃが芋・絹さや・油揚げ・白滝・人参・切干し大根・キャベツ	米・ピーマン・人参・玉葱・コーン・枝豆・油揚げ・しらす・トマト・わかめ・小松菜	うどん・鶏肉・玉葱・わかめ・大根・人参・ハム・コーン・ほうれん草・ウインナー	米・ごぼう・鶏肉・トマト・ハム・ひじき・キャベツ・えのき・小葱	米・人参・玉葱・グリーンピース・ピーマン・玉葱・大豆・枝豆・豚肉・ブロッコリー・大根	スパゲッティ・玉葱・豚肉・じゃが芋・きゅうり・コーン・ハム・えのき

★誕生会★

日付	10日	11日	12日	13日	14日	15日
昼食	カレーライス ごぼうサラダ トマトとわかめのナムル スープ フルーツ	ごはん カレイ煮 おかか和え みそ汁 フルーツ	和風スパゲッティ コロコロサラダ スープ ゼリー	ごはん 鶏肉煮 チンゲン菜の和え物 すまし汁 ヨーグルト	醤油ラーメン 枝豆サラダ スティック野菜 2色ゼリー	焼きそば たたききゅうり スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	ゼリー 麦茶	わかめおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・玉葱・グリーンピース・人参・じゃが芋・豚肉・ハム・きゅうり・ごぼう・人参・コーン・トマト・わかめ・青梗菜	米・カレイ・ほうれん草・人参・もやし・なめこ・葱	スパゲッティ・ベーコン・玉葱・椎茸・舞茸・のり・トマト・きゅうり・ちくわ・小松菜・ハム・玉葱	米・鶏肉・コーン・人参・青梗菜・ハム・わかめ・豆腐	中華麺・豚肉・もやし・トマト・きゅうり・ハム・枝豆・大豆・大根	中華麺・玉葱・豚肉・キャベツ・人参・もやし・きゅうり・パプリカ・玉葱

日付	17日	18日	19日	20日	21日	22日
昼食	ごはん 麻婆豆腐 サラダ スープ フルーツ	ごはん 鶏肉煮 中華風ポテトサラダ みそ汁 フルーツ	食パン 鶏肉煮 豆と根菜のサラダ スープ フルーツ	ごはん 白肉じゃが キャベツのコーン煮 みそ汁 ヨーグルト	納豆ごはん 鱈煮 なめたけ和え みそ汁 ゼリー	きつねうどん フルーツ
午後のおやつ	じゃがベーコン煮 牛乳	塩ちんすこう 牛乳	揚げ団子 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・豚肉・椎茸・人参・葱・パプリカ・きゅうり・レタス・えのき・青梗菜	米・鶏肉・じゃが芋・きゅうり・わかめ・かにかま・もやし	食パン・人参・ツナ・枝豆・大豆・コーン・蓮根・ごぼう・キャベツ	米・人参・じゃが芋・玉葱・絹さや・豚肉・キャベツ・コーン・かぶ	米・納豆・チーズ・なめたけ・ほうれん草・人参・白菜・キャベツ	うどん・豚肉・油揚げ・人参・玉葱・葱・さつま芋

★給食参観★

★給食参観★

日付	24日	25日	26日	27日	28日	29日
昼食	ごはん 豚肉煮 のり塩ポテト みそ汁 ヨーグルト	ごはん 鮭煮 いそあえ みそ汁 フルーツ	ごはん 豚肉煮 ひじき煮 すまし汁 フルーツ	ごはん 肉豆腐 即席漬け みそ汁 フルーツ	カレーライス コールスローサラ スープ ゼリー	タンメン 南瓜サラダ フルーツ
午後のおやつ	焼きいも 牛乳	食パン 牛乳	野菜ポッキー 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・豚肉・ピーマン・人参・玉葱・じゃが芋・なめこ・葱	米・鮭・コーン・のり・もやし・人参・ほうれん草・えのき・玉葱	米・豚肉・ひじき・絹さや・白滝・人参・油揚げ・もやし	米・豚肉・豆腐・椎茸・玉葱・絹さや・人参・キャベツ・かぶ・青梗菜	米・鶏肉・人参・じゃが芋・玉ねぎ・キャベツ・ほうれん草	中華麺・豚肉・もやし・人参・玉葱・きくらげ・葱・南瓜

6月給食献立表(後期食)

令和6年5月31日 めぐみ保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日付						1日
昼食	食事と健康「五感で食べる」 毎日の食事はとても大切で、育るうえで欠かせないものです。食べ物をおいしいと感じるには、人間の五感(視覚、味覚、触覚、聴覚、嗅覚)が大きく作用します。 視覚:色どり、艶、形などを目で感じる。日本料理では盛り付けに白・黒・赤・黄・青の五色を大切にしている。 味覚:甘味、酸味、塩味、苦味、うま味などを舌で感じる。 触覚:歯や舌で、食材の切り方による歯ごたえや、温度を感じる。 聴覚:ジュウ、サクサクなどの調理音や咀嚼音を耳で感じる。					肉うどん ジャーマンポテト フルーツ
午後のおやつ						お菓子 麦茶
食材						豚肉・玉葱・小松菜・人参・うどん・じゃが芋



日付	3日	4日	5日	6日	7日	8日
昼食	軟飯 鮭煮 切干大根煮 みそ汁 フルーツ	軟飯 豚肉煮 わかめとしらすの カリカリサラダ スープ フルーツ	わかめうどん 和え物 鮭煮 ヨーグルト	軟飯 とりごぼうつくね キャベツとひじきのサラダ みそ汁 フルーツ	軟飯 ポークビーンズ ブロッコリー スープ ゼリー	ミートソーススパゲッティ ポテトサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	ヨーグルト 麦茶	食パン 麦茶	おじや 麦茶	お菓子 麦茶	焼きいも 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米・鮭・玉葱・じゃが芋・絹さや・人参・切干大根・キャベツ	米・ピーマン・人参・玉葱・枝豆・しらす・トマト・わかめ・小松菜	うどん・鶏肉・玉葱・わかめ・大根・人参・鮭・ほうれん草	米・ごぼう・鶏肉・トマト・ひじき・キャベツ・えのき・小葱	米・人参・玉葱・グリーンピース・ピーマン・玉葱・大豆・枝豆・豚肉・ブロッコリー・大根	スパゲッティ・玉葱・豚肉・じゃが芋・きゅうり・えのき

★誕生会★

日付	10日	11日	12日	13日	14日	15日
昼食	軟飯/肉じゃが ごぼうサラダ トマトとわかめのナムル スープ フルーツ	軟飯 カレー煮 おかか和え みそ汁 フルーツ	和風スパゲッ コロコロサラダ スープ ゼリー	軟飯 鶏肉煮 チンゲン菜の和え物 すまし汁 ヨーグルト	醤油ラーメン 枝豆サラダ スティック野菜 2色ゼリー	焼きそば たたききゅうり スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	ゼリー 麦茶	おじや 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米・玉葱・グリーンピース・人参・じゃが芋・豚肉・きゅうり・ごぼう・人参・トマト・わかめ・青梗菜	米・カレー・ほうれん草・人参・もやし・なめこ・葱	スパゲッティ・玉葱・椎茸・舞茸・のり・トマト・きゅうり・小松菜・玉葱	米・鶏肉・人参・青梗菜・わかめ・豆腐	中華麺・豚肉・もやし・トマト・きゅうり・枝豆・大豆・大根	中華麺・玉葱・豚肉・キャベツ・人参・もやし・きゅうり・パプリカ

日付	17日	18日	19日	20日	21日	22日
昼食	軟飯 麻婆豆腐 サラダ スープ フルーツ	軟飯 鶏肉煮 中華風ポテトサラダ みそ汁 フルーツ	食パン 鶏肉煮 豆と根菜のサラダ スープ フルーツ	軟飯 白肉じゃが キャベツ煮 みそ汁 ヨーグルト	軟飯/納豆 鱈煮 なめたけ和え みそ汁 ゼリー	うどん さつま芋の塩バター和え フルーツ
午後のおやつ	じゃが煮 麦茶	塩ちんすこう 麦茶	おじや 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米・豚肉・椎茸・人参・葱・パプリカ・きゅうり・レタス・えのき・青梗菜	米・鶏肉・じゃが芋・きゅうり・わかめ・もやし	食パン・人参・ツナ・枝豆・大豆・蓮根・ごぼう・キャベツ	米・人参・じゃが芋・玉葱・絹さや・豚肉・キャベツ・かぶ	米・納豆・チーズ・なめたけ・ほうれん草・人参・白菜・キャベツ	うどん・豚肉・人参・玉葱・葱・さつま芋

★給食参観★

★給食参観★

日付	24日	25日	26日	27日	28日	29日
昼食	軟飯 豚肉煮 のり塩ポテト みそ汁 ヨーグルト	軟飯 鮭煮 いそあえ みそ汁 フルーツ	ごはん 豚肉煮 ひじき煮 すまし汁 フルーツ	軟飯 肉豆腐 即席漬け みそ汁 フルーツ	軟飯/肉じゃが コールスローサラ スープ ゼリー	タンメン 南瓜サラダ フルーツ
午後のおやつ	焼きいも 麦茶	食パン 麦茶	野菜ポッキー 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米・豚肉・ピーマン・人参・玉葱・じゃが芋・なめこ・葱	米・鮭・のり・もやし・人参・ほうれん草・えのき・玉葱	米・豚肉・ひじき・絹さや・人参・もやし	米・豚肉・豆腐・椎茸・玉葱・絹さや・人参・キャベツ・かぶ・青梗菜	米・鶏肉・人参・じゃが芋・玉ねぎ・キャベツ・ほうれん草	中華麺・豚肉・もやし・人参・玉葱・きくらげ・葱・南瓜