

令和2年度 6がつのこんだて

今月の給食目標
よくかんでたべよう

日	曜	未満児 午前のおやつ	献立名	午後のおやつ	屋おかすと午後おやつ	おもな材料	(市販菓子・一部調味料除く)
1	月	牛乳 ボーロ	じゃーじゃーめん ひじきとハム和え オレンジ	クッキー 牛乳	中華麺 ゴマ油 白いりゴマ	豚ひき肉/ひじき ハム/牛乳	生姜 玉ねぎ 人参 きゅうり/レタス/オレンジ
2	火	牛乳 チーズ	とりにくのなんばんづけ アスパラとキャベツのゴマ和え ミニゼリー	せんべい りんごジュース	小麦粉/白すりゴ マ	鶏肉	きゅうり トマト 人参 玉ねぎ/アスパラガス キャベツ えのきだけ
3	水	麦茶 もも缶	にくじゃが パンサンスー バナナ	お麩のきな粉ラスク 牛乳	じゃがいも/春雨 /バター	豚肉/卵 カニかま/ 麩 きな粉/牛乳	玉ねぎ 人参 グリー ンピース/キャベツ きゅうり/バナナ
4	木	牛乳	つなげっと もやしののり和え 中華スープ パイナップル	ウエハース 牛乳	小麦粉 パン粉	ツナ もめん豆腐 卵/のり/牛乳	玉ねぎ 人参/もやし きゅうり/しめじ 小松菜 コーン/パイナップル
5	金	牛乳 せんべい	さばのおれんじに コンビネーションスキムサラダ メロン	手作りゼリー	じゃがいも/粉寒 天	さば/ハム スキム ミルク	生姜/人参 レタス きゅうり/メロン
6	土	希望登園日					
8	月	牛乳 ミニゼリー	ういんなーとちーずのおむれつ きのこサラダ オレンジ	サンドビスケット 紅茶ミルク		卵 ウィンナー チーズ/スキムミル ク	玉ねぎ グリーンピース/ えのきだけ しめじ きゅ うり レタス/オレンジ
9	火	牛乳 チーズ	はんばーぐ ブロッコリーカレー和え コロコロスープ ミニゼリー	海苔せんべい 牛乳	パン粉	豚ひき肉 牛乳 卵 /ベーコン/牛乳	玉ねぎ/ブロッコリー/ ズッキーニ 玉ねぎ 人参
10	水	麦茶 バナナ	とりにくのからあげ じゃこサラダ メロン	ホイルケーキ 牛乳	片栗粉/ゴマ油/ ホットケーキ粉 バター	鶏肉/じゃこ/スキム ミルク チーズ/牛 乳	生姜/キャベツ きゅう り 人参/メロン
11	木	牛乳	さかなのむにえる 小松菜のゴマ和え パイナップル	かりんとう 牛乳	小麦粉/白すりゴ マ	魚/牛乳	小松菜 もやし しめ じ/パイナップル
12	金	牛乳 ウエハース	あつあげのみそいため マカロニサラダ バナナ	いもちち 麦茶	マカロニ マヨネー ス/じゃがいも 白玉 粉 片栗粉	豚肉 厚揚げ	玉ねぎ 人参 小松菜 干し椎茸/キャベツ 人 参 コーン/バナナ
13	土	希望登園日					
15	月	牛乳 ビスケット	ぼーくかれー もやし華風和え ミニトマト チーズ	ココア蒸しパン 牛乳	じゃがいも/ゴマ 油 白いりゴマ/ ホットケーキ粉	豚肉 スキムミルク /カニかま/チーズ/ 豆乳/牛乳	人参 玉ねぎ コーン/ もやし レタス/ミニト マト
16	火	牛乳 ミニゼリー	いそべつくね キャベツの和え物 味噌汁 オレンジ	ビスケット ジョア	パン粉 片栗粉	鶏ひき肉 スキムミ ルク 卵 のり/竹 輪	玉ねぎ/キャベツ えの きだけ/にら 人参 玉 ねぎ/オレンジ
17	水	麦茶 みかん缶	はっぼうさい オーロラソース和え パイナップル	ゴマだれ団子 牛乳	マヨネーズ/白玉 粉 小麦粉 白 すりゴマ	豚肉 うずら卵 板 かまぼこ/ウィン ナー/牛乳	玉ねぎ 人参 もやし 白 菜 しめじ/ブロッコリー きゅうり/パイナップル
18	木	牛乳	とりにくのまとそーず 切干大根サラダ バナナ	クラッカー 牛乳	小麦粉/ゴマ油	鶏肉/牛乳	にんにく 玉ねぎ トマト 缶/切干大根 人参 きゅ うり キャベツ/バナナ
19	金	牛乳 せんべい	やさいのうまに 凍み豆腐のゴマ和え メロン	豆乳くすもち 麦茶	じゃがいも こんに やく 片栗粉/白す りゴマ/片栗粉	豚肉/高野豆腐/スキ ムミルク 豆乳 き な粉	人参 干し椎茸 だけ のこ/ほうれん草 人参 /メロン
20	土	希望登園日					
22	月	牛乳 ミニゼリー	どさんこじる アスパラのお浸し ひじきふりかけ パイナップル	バウムクーヘン ココアミルク	中華麺/白いりゴ マ	豚ひき肉 なんと巻き わかめ/かつお節/ひじ き/スキムミルク	人参 もやし 干し椎茸 コーン 長ネギ/アスパラガス キャベツ/パイナップル
23	火	牛乳 せんべい	とりにくのちーずぴかた 切り昆布煮 ミニトマト	コーン菓子 牛乳	小麦粉/じゃがい も	鶏肉 粉チーズ 卵 /昆布 さつま揚げ/ 牛乳	レタス 人参/ミニマ ト
24	水	麦茶 バナナ	たまごとはるさめのいためもの ほうれん草のゴマ和え キウイフルーツ	おからドーナツ 牛乳	春雨/白すりゴマ /ホットケーキ粉 いりゴマ	卵 豚肉/おから 牛乳/牛乳	玉ねぎ 人参 ビーマン/ ほうれん草 もやし えの きだけ/キウイフルーツ
25	木	ヨーグルト	さけのいそあげ れんこんサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ	サブレ 牛乳	天ぷら粉/マヨ ネーズ 白いり ゴマ	鮭 青のり/カニか ま 大豆水煮/もめ ん豆腐 わかめ/牛 乳	れんこん 人参 きゅ うり/長ねぎ/オレンジ
26	金	牛乳 ウエハース	ればーととりにくのけちゃっぶあえ ポパイサラダ バナナ	塩昆布おにぎり 麦茶	片栗粉 じゃがい も/マヨネーズ 白いりゴマ/米	豚レバー 牛乳 鶏 肉/のり/昆布	玉ねぎ 人参 ビーマ ン/ほうれん草 もやし /バナナ
27	土	希望登園日					
29	月	牛乳 ボーロ	とりにくのはわいあんに フレンチサラダ メロン	揚げパン 牛乳	バターロール	鶏肉 うずら卵/き な粉/牛乳	レタス きゅうり ト マト/メロン
30	火	牛乳 ビスケット	とうふのかれーすーぶ 酢の物 納豆 チーズ	サラダせんべい 野菜ジュース	じゃがいも 片 栗粉	鶏肉 もめん豆腐/ わかめ/納豆 かつ お節/チーズ	玉ねぎ 人参/えのきだ け きゅうり みかん 缶



牛乳
めきしかんらいす
焼肉サラダ 星のコロッケ
ミニトマト 果物

シュークリーム
飲み物

6月の平均給与栄養量	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	食塩相当量g
3歳以上児 (星の幼稚園と年長幼幼)	6月分 416	18.7	18.0	45.2	1.6
1～2歳児 (完全給食)	6月分 550	20.6	18.2	74.3	1.4

※保育園の行事・その他の都合により変更する場合もございますので、ご了承ください。

飯山市教育委員会