

2021年度

乳児献立表

6月

法光院こども園

	(月)14・28	(火)1・15・29	(水)2・16・30	(木)3・17	(金)4・18	(土)5・19
献立と食材	・パン ・コーンスープ スープの素 牛乳 ・鶏もも味噌焼き ・大豆と野菜のトマト煮 玉葱 大豆 人参 むき枝豆 ベーコン トマト缶 ケチャップ コンソメ しょうゆ ・アスパラのソテー アスパラガス しめじ お魚ソーセージ 塩	・ごはん ・味噌汁 厚揚げ えのき 青ねぎ 味噌 だし昆布 混合だし ・赤魚西京焼き ・金平ごぼう ごぼう 豚肉 人参 いりごま さとう しょうゆ 油 ・ブロッコリー海苔あえ ブロッコリー 人参 ポークハム もみのり しょうゆ	・ごはん ・カレーシチュー 牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 グリーンピース カレールウ ・ウィンナー ・チーズ ・胡瓜のサラダ 胡瓜 人参 わかめ ドレッシング ツナフレーク	・ごはん ・味噌汁 おくら えのき 油揚げ 味噌 だし昆布 混合だし ・ポテトとお米のささみカツ ・キャベツの塩麹炒め キャベツ 大豆ミンチ しめじ 玉葱 人参 塩麹 油 ・もやしナムル もやし 豆苗 カニ風味かまぼこ しょうゆ ごま油 いりごま	・牛肉うどん ゆでうどん 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 みりん 混合だし しょうゆ だし昆布 ・さばの照焼き ・冬瓜のあんかけ 冬瓜 むき枝豆 人参 片栗粉 さとう しょうゆ だしかつお ・ほうれん草かつお和え ほうれん草 人参 コーン 花かつお しょうゆ	・焼そば 蒸し焼きそば 豚肉 玉葱 人参 キャベツ 太もやし とんかつソース ウスターソース 油 花かつお 青のり
おやつ	・牛乳 ・ひじきおにぎり (ごはん ひじき しらす いりごま しょうゆ)	・牛乳 ・お菓子	・牛乳 2・16日/・ういろう 30日/・水無月(小麦 粉 砂糖 あんこ)	・牛乳 ・メロンパン (食パン ホットケーキミックス マーガリン グラニュー糖 メロ ンシロップ)	・牛乳 ・バナナ	・お菓子
延長保育	ジュース・お菓子	バナナ	パン	バームクーヘン	ドーナツ	
	(月)7・21	(火)8・22	(水)9・23	(木)10・24	(金)11・25	(土)12・26
献立と食材	・パン ・パンプキンスープ スープの素 牛乳 ・えびカツ ・キーマカレー風 牛ミンチ 大豆水煮 玉葱 人参 ダイストマト トマトケチャップ コンソメ カレーフレーク ・ピーマンの塩昆布和え ピーマン 太もやし ツナフレーク 塩昆布 ごま油	・鶏肉うどん ゆでうどん 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 みりん 混合だし しょうゆ だし昆布 ・さんまおかか煮 ・小松菜の煮びたし 小松菜 人参 油揚げ さとう しょうゆ だしかつお ・かぼちゃの蒸し焼き かぼちゃ 塩 オリーブオイル	・ごはん ・ビビンバ 豚ミンチ 切り干し大根 人参 チンゲン菜 コーン さとう しょうゆ 味噌 酢 いりごま ・ちくわ煮 煮込みちくわ さとう しょうゆ だし昆布 ・キャベツのゆかり和え キャベツ ちりめんじ わかめ ゆかり粉 ・チーズ	・ごはん ・味噌汁 新玉葱 新じゃが 豚肉 味噌 だし昆布 混合だし ・鮭の塩焼き ・あらめの炊いたん あらめ 油揚げ 人参 大豆水煮 さとう しょうゆ だしかつお ・三度豆のごま和え 三度豆 コーン すりごま さとう しょうゆ	・豚肉うどん ゆでうどん 豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 みりん 混合だし しょうゆ だし昆布 ・肉じゃが 牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 グリーンピース だしかつお さとう しょうゆ ・五目揚げ豆腐 ・絹さやの和え物 絹さや 人参 ササミフレーク 味噌 マヨネーズ	・きつねうどん 冷凍うどん 人参 油揚げ 青ねぎ さとう しょうゆ だしかつお
おやつ	・牛乳 ・ゼリー	・牛乳 ・コンソメラスク (食パン コンソメ サラ ダ油)	・牛乳 ・黒糖蒸しパン (ホットケーキミックス 黒糖 サラダ油)	・牛乳 ・お菓子	・牛乳 ・フルーツポンチ (カルピス 寒天パウダー 砂糖 みかん缶 バイン缶 バナナ)	・お菓子
延長保育	カステラ	バナナ	ドーナツ	パン	お菓子	

《枝豆について》

枝豆は大豆が未熟なうちに枝ごと切りとった野菜です。ビールのおつまみに枝豆が定番なのは、アルコールの分解を促し、肝機能の働きを助ける作用が枝豆にはあるからです！
 さやに産毛がびっしりとついており、豆が丸く膨らんで、濃い緑色のものが、おいしい枝豆の選び方です☺

※保育園行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

