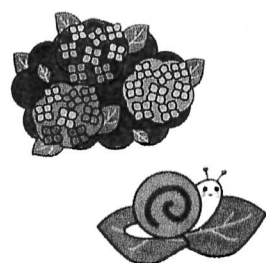


令和4年 6月 予定献立表

寺田保育園

日	曜	主食	副 食		お や つ		行事
			共	食	10時(未満児)	3時(共通)	
1	水	ご飯	肉豆腐・キャベツの磯和え・味噌汁		大根スティック	たこ焼き	
2	木	パン	ホワイトシチュー・焼きウインナー・レタスサラダ・りんご		オレンジ	バナナ・ゼリー	
3	金	ご飯	魚の西京焼き・きゅうりの酢の物・清汁		りんご	フライドごぼう	
4	土	パン	ちゃんぽん・餃子・レタス・トマト		チーズ	お菓子・りんご	
6	月	ご飯	いり豆腐・魚の天ぷら・線キャベツ・味噌汁		さつま芋ロースト	フルーツヨーグルト	
7	火	パン	スタミナ炒め・昆布サラダ・スープ		りんご	バイクド里芋	
8	水	ご飯	鶏の治部煮・白菜のゆかり和え・味噌汁		バナナ	ホットケーキ	
9	木	パン	魚のピザ焼き・グリーンサラダ・スープ		ごぼうスティック	ツナカレーおにぎり	
10	金	ご飯	じゃがいものそぼろ煮・野菜の酢味噌和え・味噌汁		くずねり	きなこトースト	
11	土	パン	かき玉そうめん・かき揚げ・スライスきゅうり・オレンジ		ヒロス	クラッカー・りんご	
13	月	ご飯	鶏のゴマみそ焼き・ほうれん草の和え物・清汁		南瓜ロースト	焼き小あじ・バナナ	
14	火	ご飯	シシリアンライス・魚フライ・かたつむりポテサラ・ゆでブロッコリー・フルーツ・スープ		おせんべい	かえる蒸しパン	誕生会
15	水	パン	豆腐の中華煮・もやしのナムル・スープ		ヨーグルト	さつま芋ロースト・昆布	
16	木	パン	ココット・ビーフンサラダ・スープ		りんご	ゴマ豆腐	
17	金	ご飯	焼魚・栄養金平・トマト・味噌汁		人参煮	ビスケット・オレンジ	
18	土	パン	かけうどん・ししゃも磯天・ゆでブロッコリー・りんご		じゃが芋ロースト	ジャムヨーグルト	
20	月	ご飯	すりみ揚げ・干大根和え・味噌汁		コーンフレーク	ひじきたっぷりおやき	
21	火	パン	魚の香味ソースがけ・カラフルサラダ・スープ		人参煮	プリン・りんご	
22	水	ご飯	10菜カレー・マカロニサラダ・スープ		クラッカー	枝豆・チーズ	
23	木	パン	スパニッシュオムレツ・チンゲン菜ソテー・スープ		ゆでブロッコリー	ゆかりおにぎり	
24	金	ご飯	筑前煮・白菜の塩昆布和え・味噌汁		バナナ	ヨーグルトリんごケーキ	
25	土	パン	きのこの和風スパゲティ・蒸しかぼちゃのタルタルサラダ・オレンジ		野菜スープ	あずき白玉	
27	月	ご飯	凍豆腐の卵とじ・小松菜の胡麻和え・味噌汁		人参スティック	きなこのスノーボール	
28	火	パン	チンジャオロース・大根サラダ・スープ		トマト	牛乳餅	
29	水	ご飯	麻婆豆腐・バンサンスー・ワカメスープ		ビスケット	かぼちゃ蒸しパン	
30	木	パン	魚のインド揚げ・りんごとキャベツのサラダ・スープ		大根煮	ゆでトウモロコシ	

※ 10時と3時おやつには牛乳・スキムミルク・野菜果物ジュース等がつきます



10菜カレーとは？
 22日の10菜カレーには玉ねぎ・人参・じゃがいも・合挽肉・南瓜・ピーマン・なす・ト
 マト・コーン・インゲンと、10種類の具材が入ります！
 ご家庭でもお子さんと好きな具材を出し合って、一緒に具だくさんな10菜カレー
 を作ってみてはいかがでしょうか？

