

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
午前						1 麦茶	
昼食		6月4日~10日 					ハヤシライス、フルーツボンチ、ヤクルト
午後						たいやき、牛乳	
午前	3 牛乳 ★	4 スキムミルク ★	5 麦茶 	6 牛乳 	7 麦茶 ★	8 麦茶	
昼食	御飯、みそ汁(なめこ・白菜)、コロック、枝豆のサラダ、プリン	塩ラーメン、焼きぎょうざ、ブロッコリーのマヨサラダ、パイナップル	ごはん(玄米入り)、根菜汁、五目卵焼き、かみかみサラダ	梅としらすの御飯、(星組:しらす御飯)、みそ汁(小松菜・えのき)、あじのカレー風味揚げ、(星組:タラのカレー風味揚げ)、韓国風和え物、オレンジ	ナポリタン、白菜スープ、トマトのサラダ、バナナ	豚丼、みそ汁(もやし・わかめ)、キャベツとツナの和え物、豆乳プリン	
午後	冷や汁風そうめん、麦茶	さつま芋おにぎり、麦茶	マシュマロおこし、カリカリスティック(以上児)、ヤクルト	あじさいゼリー 	ケーキ、(星組:蒸しパン)牛乳	米粉のタルト、野菜ジュース	
午前	10 牛乳	11 スキムミルク	12 りんごジュース	13 麦茶	14 麦茶 ★	15 麦茶	
昼食	ドライカレー、きのこのスープ、フルーツサラダ	ごはん(麦入り)、みそ汁(キャベツ・麩)、鶏肉の竜田揚げ、わかめサラダ	ツナそぼろ丼、みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ)、ピーマン炒め、キウイフルーツ	わかめ御飯、みそ汁(かぶ)、赤魚の煮付け、コロコロサラダ、グレープフルーツ	御飯、みそ汁(はくさい・厚揚げ)、煮込みハンバーグ、キャベツと枝豆のサラダ	ミートソースバグティ、コーンスープ、オレンジ	
午後	豆腐入りお好み焼き、麦茶	ゼリー、せんべい	ピザトースト、牛乳	キャラメルおさつ、野菜ジュース	ソフールヨーグルト(いちご)、ビスコ	クリームパン、せんべい、牛乳	
午前	17 カルピス ★★★	18 麦茶	19 麦茶	20 スキムミルク	21 麦茶 ★	22 麦茶	
昼食	御飯、具沢山汁、魚の味噌マヨネーズ焼き、さつま芋と昆布の煮物、みかんヨーグルト	御飯、みそ汁(きのこ・豆腐)、にらの卵とし、白菜のおかかチーズ和え、メロン	豚汁うどん、切干し大根の中華和え、ホワイトボンチ	御飯、みそ汁(大根・揚げ)、鮭の塩焼き、お豆とさつま芋のサラダ	チキンライス、オムレツ、野菜スープ、チーズ	コアントーストピザ、ポトフ、フルーツヨーグルト	
午後	おからケーキ、牛乳	クレープ、(星組:りんごとさつま芋の甘煮)牛乳	ジャムサンド、牛乳	五平餅、おやつ昆布(以上児)、麦茶	野菜蒸しパン、(星組:野菜入りミニパンケーキ)、牛乳	メープルマフィン、牛乳	
午前	24 牛乳 ★	25 麦茶 ★	26 麦茶 ★★	27 麦茶 ★★	28 スキムミルク	29 りんごジュース	
昼食	人参とツナの御飯、みそ汁(切干し・小松菜)、肉豆腐、コールスローサラダ、五目納豆	野菜たっぷりみそラーメン、シュウマイ、塩ゆで枝豆、プリン	カレーライス、鶏のから揚げ、バンサンスー、ぶどうゼリー	醤油ラーメン、焼きぎょうざ、オレンジゼリー	御飯、みそ汁(玉ねぎ・ほうれん草)、タラの味噌醤油焼き、もやしとささみの中華和え	焼きそば、中華スープ、バナナ	
午後	バナナ、せんべい、ぶどうジュース	アイス	クッキー、牛乳	フライドポテト、ジョア	フルーチェ、ウエハース	今川焼き、ビスコ、牛乳	

★ 今月のお誕生日 リクエストメニュー ★

星組	くん(3日)コロック・枝豆サラダ・プリン
月組	ちゃん(21日)チキンライス・チーズ・フライドポテト・パンケーキ
組	ちゃん(7日)カレー・オムライス・ナポリタン・ケーキ・トマト
	くん(25日)ラーメン・枝豆・アイス・プリン

太陽組

- くん(1日)餃子・ラーメン・パン
- ちゃん(16日)ハンバーグ・ラーメン・ケーキ・いちご
- ちゃん(17日)カレー・ケーキ・魚
- くん(17日)ラーメン・ご飯・餃子・みかん
- ちゃん(23日)チーズ納豆・ぶどう
- くん(27日)醤油ラーメン・餃子・ブドウゼリー・麦茶
- くん(27日)カレー・オレンジゼリー・フライドポテト
- くん(27日)カレー・からあげ・ジョア・クッキー

今月の平均給与栄養量

		今月の平均給与栄養量				
		エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	食塩相当量
		(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(g)
未満児	平均値	448	15.5	12.5	186	1.6
	目標値	463	18.5	12.9	213	1.6
以上児	平均値	542	18.6	15.1	199	1.9
	目標値	576	23	16	261	1.9

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。

注意：3歳以上児は10時のおやつありません。☆材料の都合で変更する場合があります。☆アレルギー対応児には献立に応じて代替え食、除去食で提供します。

献立表

2019年06月の献立

百合が丘 ひまわり保育園(離乳食9~11)

Table with columns for days of the week (月曜日 to 土曜日) and rows for specific dates (3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 29). Each row contains meal details for breakfast, lunch, and dinner, including ingredients and preparation methods.

☆献立内容は都合により変更する場合があります。☆アレルギー対応児には献立に応じて代替え食、除去食で提供します。☆虹組は土・日・祝日の給食がありません。ご利用の場合は各自お弁当をご持参ください。

献立表

2019年06月

百合が丘 ひまわり保育園(一般)

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
01 土	ハヤシライス,フルーツポンチ,ヤクルト	麦茶(浸出液)、/米、豚小間、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、油、ハヤシルウ、ケチャップ、/バナナ、もも缶、りんご、パイナップル、みかん缶、水、三温糖、レモン果汁、/ヤクルト、/たいやき、/牛乳	◎麦茶,たいやき,牛乳	603(482) 15.1(11.8) 14.6(11.1) 2.9(2.2)
03 月	御飯,みそ汁(なめこ・白菜),コロッケ,枝豆のサラダ,プリン	牛乳、/米、/なめこ、はくさい、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/ポテトコロッケ、油、中濃ソース、三温糖、水、/キャベツ、きゅうり、にんじん、えだまめ、コーン、ドレッシング、/カスタードプリン、/干しとうめん、鶏ささ身、にんじん、きゅうり、しそ、絹ごし豆腐、かつお・昆布だし汁、めんつゆ、しょうゆ、料理酒、みりん、白すりごま、/麦茶(浸出液)	◎牛乳,冷や汁風そうめん,麦茶	550(487) 16.9(16.7) 13.5(14.4) 2.8(2.1)
04 火	塩ラーメン,焼きぎょうざ,ブロccoliのマヨサラダ,パイナップル	脱脂粉乳、水、/ラーメン、豚小間、にんじん、もやし、ほうれんそう、コーン、なると、油、水、中華だしの素、がらあじ、食塩、/豚ひき肉、ねぎ、ほうれんそう、ぎょうざの皮、醤油、油、/ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、ちくわ、マヨネーズ、/パイナップル、/米、さつまいも、/麦茶(浸出液)	◎スキムミルク,さつま芋おにぎり,麦茶	505(427) 19.2(17.7) 12.5(11.0) 5.2(4.1)
05 水	ごはん(玄米入り),根菜汁,五目卵焼き,かみかみサラダ	麦茶(浸出液)、/米、玄米、水、/ごぼう、さつまいも、にんじん、だいこん、油揚げ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/鶏ひき肉、干しいたけ、ひじき、さやえんどう、にんじん、しょうゆ、砂糖、かつお・昆布だし汁、油、卵、/切り干しだいこん、こまつな、にんじん、コーン、さきいか、酢、砂糖、しょうゆ、油、白いりごま、/コーンフレーク、マーガリン、マシュマロ、/じゃがいも、/ヤクルト	◎麦茶,マシュマロおこし,カリカリストイック(以上児),ヤクルト	508(394) 16.3(12.7) 13.0(10.3) 4.3(3.4)
06 木	梅としらすの御飯,(星組:しらす御飯),みそ汁(小松菜・えのき),あじのカレー風味揚げ,(星組:タラのカレー風味揚げ),韓国風和え物,オレンジ	牛乳、/米、しらす干し、うめ干し、ごま、しそ、/米、しらす干し、ごま、/こまつな、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/あじ、食塩、カレー粉、小麦粉、水、油、/たら、食塩、カレー粉、小麦粉、水、油、/キャベツ、にんじん、もやし、ローズハム、ごま油、しょうゆ、がらあじ、焼きのり、白いりごま、ごま油、/オレンジ、/ゼリー、ぶどう濃縮果汁、水、砂糖、イナアガー、牛乳、水、砂糖、イナアガー、	◎牛乳,あじさいゼリー	602(596) 21.5(25.5) 8.7(13.0) 3.4(2.7)
07 金	ナポリタン,白菜スープ,トマトのサラダ,バナナ	麦茶(浸出液)、/スパゲティ、ウインナーソーセージ、たまねぎ、しめじ、ケチャップ、三温糖、コンソメ、ビーマン、/はくさい、たまねぎ、ハム、えのきたけ、水、コンソメ、食塩、/キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、トマト、ドレッシング、/バナナ、/ケーキ、/ホットケーキ粉、水、さつまいも、かぼちゃ、/牛乳	◎麦茶,ケーキ,(星組:蒸しパン),牛乳	598(480) 19.4(15.6) 15.1(12.0) 5.4(4.4)
08 土	豚丼,みそ汁(もやし・わかめ),キャベツとツナの和え物,豆乳プリン	麦茶(浸出液)、/米、豚バラ、おろししょうが、たまねぎ、油、料理酒、三温糖、みりん、しょうゆ、/もやし、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/キャベツ、にんじん、ツナ油漬缶、ドレッシング、/豆乳プリン、/タルト、/野菜ジュース	◎麦茶,米粉のタルト,野菜ジュース	499(399) 14.7(11.7) 18.7(14.9) 3.6(2.9)
10 月	ドライカレー,きのこのスープ,フルーツサラダ	牛乳、/米、豚ひき肉、たまねぎ、にんにく、しょうが、にんじん、ビーマン、油、カレー粉、コンソメ、カレールウ、ウスターソース、ホー尔特マト缶、砂糖、/えのきたけ、しめじ、しいたけ、にんじん、ベーコン、水、コンソメ、食塩、こしょう、/バナナ、もも缶、みかん缶、さつまいも、干しぶどう、ヨーグルト(無糖)、三温糖、マヨネーズ、/豚バラ、キャベツ、ねぎ、小麦粉、絹ごし豆腐、かつお・昆布だし汁、油、中濃ソース、マヨネーズ、あおのり、かつお節、/麦茶(浸出液)	◎牛乳,豆腐入りお好み焼き,麦茶	569(522) 15.5(15.9) 18.1(18.5) 4.5(3.6)
11 火	ごはん(麦入り),みそ汁(キャベツ・麩),鶏肉の竜田揚げ,わかめサラダ	脱脂粉乳、水、/米、押麦、水、/キャベツ、焼ふ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/鶏もも、しょうゆ、みりん、しょうが、片栗粉、油、/カットわかめ、もやし、きゅうり、コーン、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、白いりごま、/野菜ジュース、水、砂糖、イナアガー、/せんべい	◎スキムミルク,野菜ゼリー,せんべい	513(417) 17.3(15.0) 15.9(11.6) 2.6(2.0)
12 水	ツナそぼろ丼,みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ),ビーフン炒め,キウイフルーツ	りんご天然果汁、/米、ツナ油漬、ツナ水煮、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、卵、砂糖、食塩、グリーンピース、/じゃがいも、たまねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/ビーフン、豚ひき肉、キャベツ、にんじん、干しいたけ、油、がらあじ、しょうゆ、酒、ごま油、ビーマン、/キウイフルーツ、/食パン、たまねぎ、コーンビーマン、ケチャップ、とろけるチーズ、/牛乳	◎りんごジュース,ピザトースト,牛乳	615(505) 23.7(18.4) 17.9(14.0) 4.3(3.2)
13 木	わかめ御飯,みそ汁(かぶ),赤魚の煮付け,ココロサラダ,グレープフルーツ	麦茶(浸出液)、/米、炊き込みわかめ、/かぶ、かぶ・葉、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/あかうお、しょうが、水、料理酒、みりん、三温糖、しょうゆ、/じゃがいも、にんじん、きゅうり、チーズ、マヨネーズ、食塩、/グレープフルーツ、/さつまいも、油、砂糖、水、マーガリン、/野菜ジュース	◎麦茶,キャラメルおさつ,野菜ジュース	504(398) 15.6(12.1) 11.8(9.4) 3.7(2.9)
14 金	御飯,みそ汁(はくさい・厚揚げ),煮込みハンバーグ,キャベツと枝豆のサラダ	麦茶(浸出液)、/米、/はくさい、生揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/ハンバーグ、中濃ソース、ケチャップ、三温糖、水、/キャベツ、きゅうり、にんじん、えだまめ、コーン、ツナ水煮、ドレッシング、/ソフール・ストロベリー、/ビスコ	◎麦茶,ソフールヨーグルト(いちご),ビスコ	517(389) 20.1(14.5) 13.2(9.5) 2.0(1.6)
15 土	ミートソーススパゲティ,コーンスープ,オレンジ	麦茶(浸出液)、/スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、ウスターソース、ホー尔特マト缶、砂糖、しょうゆ、食塩、水、パセリ粉、/クリームコーン、コーン、豆乳、たまねぎ、油、水、洋風だしの素、食塩、パセリ粉、/オレンジ、/クリームパン、/せんべい、/牛乳	◎麦茶,クリームパン,せんべい,牛乳	548(416) 20.2(15.4) 15.5(11.5) 4.5(3.3)
17 月	御飯,具沢山汁,かじきの味噌マヨネーズ焼き,さつま芋と昆布の煮物,みかんヨーグルト	カルピス、/米、/だいこん、にんじん、ごぼう、油揚げ、さやえんどう、かつおだし汁、しょうゆ、/かじき、料理酒、米みそ(赤色辛みそ)、マヨネーズ、しょうゆ、みりん、すりごま、/さつまいも、刻みこんぶ、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、/ヨーグルト(無糖)、砂糖、みかん缶、/おからケーキ、生クリーム、/牛乳	◎カルピス,おからケーキ,牛乳	502(523) 19.2(15.3) 16.6(12.8) 3.2(2.6)

以上児(未満児)

献立表

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
18 火	御飯,みそ汁(きのこ・豆腐),にらの卵とじ,白菜のおかかチーズ和え,メロン	麦茶(浸出液)、/米、/えのきたけ、しめじ、絹ごし豆腐、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/にら、にんじん、たまねぎ、豚小間、油、かつお・昆布だし汁、料理酒、みりん、三温糖、しょうゆ、卵、/はくさい、にんじん、チーズ、しょうゆ、かつお節、/メロン、/小麦粉、三温糖、卵、牛乳、マーガリン、油、ホイップクリーム、ジャム、/さつまいも、りんご、砂糖、/牛乳	◎麦茶,クレープ, (星組:リンゴとさつ ま芋の甘煮),牛乳	561(444) 20.3(15.7) 19.9(15.6) 3.0(2.7)
19 水	豚汁うどん,切干し大根の中華和え,ホワイトポンチ	麦茶(浸出液)、/うどん、豚肉、だいこん、にんじん、さといも、ごぼう、ねぎ、ごま油、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、みりん、/切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、ちくわ、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油、白いうりごま、/キウイフルーツ、りんご、もも缶、みかん缶、カルピス、水、/ロールパン、いちごジャム、/牛乳	◎麦茶,ジャムサン ド,牛乳	530(397) 16.0(11.9) 17.2(12.6) 4.9(3.8)
20 木	御飯,みそ汁(大根・揚げ), 鮭の塩焼き,お豆とさつま 芋のサラダ	脱脂粉乳、水、/米、/だいこん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/さけ、食塩、/ゆで大豆、ツナ油漬缶、さつまいも、きゅうり、マヨネーズ、/米、水、米みそ(淡色辛みそ)、三温糖、みりん、しょうゆ、白すりごま、/刻みこんぶ、/麦茶(浸出液)	◎スキムミルク,五 平餅,おやつ昆布 (以上児),麦茶	526(420) 20.0(17.2) 10.4(8.2) 4.0(2.2)
21 金	チキンライス,オムレツ,野 菜スープ,チーズ	麦茶(浸出液)、/米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、油、洋風だしの素、食塩、ケチャップ、砂糖、食塩、/卵、食塩、こしょう、油、ケチャップ、/たまねぎ、じゃがいも、キャベツ、コーン、にんじん、グリーンピース、水、コンソメ、食塩、こしょう、/チーズ、/小麦粉、ベーキングパウダー、脱脂粉乳、三温糖、牛乳、にんじん、かぼちゃ、/ホットケーキ粉、水、にんじん、かぼちゃ、/牛乳	◎麦茶,野菜蒸し パン,(星組)野菜 入りミニパンケー キ,牛乳	635(459) 20.7(14.8) 16.3(11.6) 3.0(2.3)
22 土	コーントーストピザ,ポトフ, フルーツヨーグルト	麦茶(浸出液)、/食パン、たまねぎ、コーン、マヨネーズ、ピザ用チーズ、パセリ粉、/鶏もも、じゃがいも、たまねぎ、キャベツ、にんじん、水、コンソメ、食塩、こしょう、/ヨーグルト(無糖)、砂糖、みかん缶、バナナ、/マフィン、/牛乳	◎麦茶,メープルマ フィン,牛乳	471(366) 19.7(15.3) 18.9(14.7) 3.4(2.7)
24 月	人参とツナの御飯,みそ汁 (切干し・小松菜),肉豆腐, コールスローサラダ,五目 納豆	牛乳、/米、こんぶ、しょうゆ、食塩、にんじん、ツナ油漬缶、ごま、/切り干しだいこん、こまつな、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/豚小間、木綿豆腐、ねぎ、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、しょうゆ、三温糖、みりん、料理酒、/キャベツ、きゅうり、にんじん、ロースハム、コーン、マヨネーズ、脱脂粉乳、ドレッシング、/納豆、にんじん、こまつな、しいたけ、チーズ、しょうゆ、/バナナ、/せんべい、/ぶどう濃縮果汁	◎牛乳,バナナ,せ んべい,ぶどう ジュース	524(484) 20.9(19.2) 15.0(15.4) 5.7(4.5)
25 火	野菜たっぷりみそラーメン, シュウマイ,塩ゆで枝豆,プ リン	麦茶(浸出液)、/ラーメン、豚小間、キャベツ、もやし、にら、にんじん、コーン、油、米みそ(赤色辛みそ)、中華だしの素、がらあじ、しょうゆ、水、/しょうまい、/えだまめ、食塩、/カスタードプリン、/アイス	◎麦茶,アイス	502(400) 20.7(16.4) 17.8(14.1) 4.4(3.4)
26 水	カレーライス,鶏のから揚 げ,パンサンデー,ぶどうゼ リー	麦茶(浸出液)、/米、豚小間、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレーウ、牛乳、/鶏もも、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油、/はるさめ、きゅうり、もやし、卵、ロースハム、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、/ぶどう濃縮果汁、水、砂糖、イナアガー、/バター、砂糖、卵、小麦粉、/牛乳	◎麦茶,クッキー,牛 乳	599(468) 19.0(14.7) 20.4(15.9) 2.9(2.3)
27 木	醤油ラーメン,焼きぎょうざ, オレンジゼリー	麦茶(浸出液)、/ラーメン、豚小間、にんじん、ほうれんそう、コーン、なると、油、水、中華だしの素、がらあじ、しょうゆ、食塩、/豚ひき肉、ねぎ、ほうれんそう、ぎょうざの皮、醤油、油、/オレンジ濃縮果汁、水、砂糖、イナアガー、/じゃがいも、油、食塩、/ジョア	◎麦茶,フライドポ テト,ジョア	496(397) 17.2(13.3) 14.5(11.3) 3.7(2.9)
28 金	御飯,みそ汁(玉ねぎ・ほう れん草),タラの味噌醤油 焼き,もやしとささみの中華 和え	脱脂粉乳、水、/米、/たまねぎ、ほうれんそう、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/たら、みりん、料理酒、しょうゆ、/もやし、鶏ささ身、にんじん、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油、/ブルーチェ、/ウエハース	◎スキムミルク,フ ルーチェ,ウエハー ス	491(446) 19.9(18.1) 10.6(9.9) 1.7(1.4)
29 土	焼きそば,中華スープ,バナ ナ	りんご濃縮果汁、/焼きそばめん、豚小間、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油、中濃ソース、あおりの、/チンゲンサイ、にんじん、コーン、水、中華だしの素、がらあじ、食塩、/バナナ、/今川焼き、/ビスコ、/牛乳	◎りんごジュース, 今川焼き,ビスコ,牛 乳	598(484) 16.7(12.9) 10.7(8.6) 5.7(4.3)

以上児(未満児)