



6月献立表



2018年06月

宜野湾市 子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材料名 (はおやつ材料)			
			血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの	
1金	スパゲティミートソース ごま和え キャベツスープ	保育乳 鶏五目おにぎり パン	保育乳、豚ひき肉、 鶏もも肉、油揚げ	〇米、スパゲティ、 白ごま、砂糖	たまねぎ、にんじん、 キャベツ、もやし、 こまつな、えのきたけ、 〇にんじん、〇しめじ、 〇ねぎ、グリーンピース、 〇干しいたけ、 〇パイン缶	
2土	もずくどんぶり オレンジ		豚ひき肉	米、片栗粉、砂糖	オレンジ、もずく、 コーン缶、ピーマン、 赤ピーマン、しょうが	
4月	ごはん 沖縄風煮付け 青菜みそ汁 しらす佃煮	保育乳 ホットケーキ ぶどう	保育乳、厚揚げ、 ウインナー、みそ、 しらす干し、〇牛乳	〇ホットケーキ粉、 〇バター、米、砂糖、 白ごま	だいこん、こまつな、 にんじん、えのきたけ、 こんぶ、〇ぶどう	
5火	ごはん 鮭のみそ焼き 春雨チャンプルー キャベツすまし汁	保育乳 いちごジャムパン バナナ	保育乳、さけ、 豚肉、油揚げ、みそ、 卵	米、〇ロールパン、 はるさめ、油、砂糖、 白ごま、ごま油	キャベツ、こまつな、 たまねぎ、にんじん、 しめじ、〇いちごジャム、 黒きくらげ	
6水	あわごはん 高野豆腐含め煮 キャベツのごま炒め じゃが芋みそ汁	保育乳 もずくかき揚げ オレンジ	保育乳、豚肉、 高野豆腐、豚ひき肉、 〇卵、みそ、ちくわ、 〇ツナ油漬缶、卵	米、じゃがいも、 〇小麦粉、〇油、 あわ、片栗粉、油、 砂糖、すりごま	〇オレンジ、 キャベツ、にんじん、 しめじ、〇たまねぎ、 〇もずく、 ピーマン、〇にんじん	
7木	ごはん 鶏手羽みそ煮 おかか和え 豆腐スープ	保育乳 焼きそば 黄桃	保育乳、鶏手羽元、 〇豚肉、沖縄豆腐、 油揚げ、みそ	〇ゆで中華めん、 米、〇油、砂糖	だいこん、もやし、 にんじん、〇たまねぎ、 こまつな、 〇にんじん、 〇赤ピーマン、 〇にら	
8金	ごはん ごま納豆 豆腐と野菜のカレーあん キャベツみそ汁	保育乳 きな粉スコーン オレンジ	保育乳、厚揚げ、 挽きわり納豆、 豚肉、 〇プレーンヨーグルト、 みそ、 〇卵、 〇きな粉	米、 〇強力粉、 〇無塩バター、 〇三温糖、 すりごま、 片栗粉	〇オレンジ、 キャベツ、 チンゲンサイ、 たまねぎ、 にんじん、 えのきたけ、 しめじ、 ねぎ、 あおのり	
9土	昆布おにぎり さつま芋みそ汁		豚肉、みそ	米、さつまいも、 白ごま	にんじん、 ごぼう、 長ねぎ、 塩こんぶ	
11月	中華どんぶり ごぼうサラダ オレンジ	保育乳 オートミールクッキー パン缶	保育乳、豚肉、 白身魚(キング)、 〇卵、 ツナ油漬缶、 〇牛乳	米、 〇小麦粉、 〇無塩バター、 〇黒砂糖、 〇オートミール、 〇黒ごま、 片栗粉、 砂糖、 油	オレンジ、 〇パイン缶、 にんじん、 こまつな、 ごぼう、 コーン缶、 ヤングコーン、 赤ピーマン、 きゅうり、 黒きくらげ、 しょうが	
12火	ごはん 松風焼き 切干し大根と豚肉の炒め物 豆腐スープ	保育乳 羊かりんとう 黄桃	保育乳、鶏ひき肉、 沖縄豆腐、 豚肉、 みそ	〇さつまいも、 米、 〇黒砂糖、 パン粉、 〇油、 砂糖、 〇白ごま、 白ごま、 油	〇もも缶、 たまねぎ、 こまつな、 もやし、 にんじん、 こまつな、 たけのこ(ゆで)、 干しいたけ、 にんにく、 カットわかめ	
13水	麦ごはん マーボー豆腐 ナムル 冬瓜スープ	保育乳 かぼちゃ蒸しパン バナナ	保育乳、 沖縄豆腐、 豚ひき肉、 鶏もも肉、 〇調製豆乳、 〇卵、 みそ	米、 〇ホットケーキ粉、 〇油、 押麦、 〇三温糖、 油、 三温糖、 ごま油	〇バナナ、 とうがん、 〇かぼちゃ、 長ねぎ、 もやし、 にんじん、 こまつな、 たけのこ(ゆで)、 干しいたけ、 にんにく、 カットわかめ	
14木	あわごはん 魚けチャップあん 乾物の炒め和え ジャガイモみそ汁	保育乳 ホッドドッグ グレーゼリー	保育乳、 白身魚(キング)、 豚肉(もも)、 みそ、 油揚げ、 〇ウインナー	米、 〇ロールパン、 じゃがいも、 油、 ごま油、 あわ、 はるさめ、 三温糖、 片栗粉	こまつな、 にんじん、 〇コーン缶、 〇赤ピーマン、 〇黄ピーマン、 〇ピーマン、 かんぴょう(乾)、 ひじき、 干しいたけ	
15金	豚玉どんぶり キャベツとヒジキ炒め オレンジ	保育乳 マカロニのトマト煮	保育乳、 卵、 豚肉、 〇鶏もも肉、 ツナ油漬缶、 〇粉チーズ	米、 〇マカロニ、 〇油、 油、 〇砂糖	オレンジ、 たまねぎ、 キャベツ、 にんじん、 〇トマトペースト、 〇たまねぎ、 ごぼう、 えのきたけ、 ピーマン、 にら、 ひじき、 〇にんにく、 しょうが	
16土	親子レクリエーション					
18月	ごはん 豚肉ピーマン炒め じゃが芋おかか煮 わかめスープ	保育乳 ちんびん オレンジ	保育乳、 豚肉、 〇調製豆乳、 沖縄豆腐、 〇卵、 〇牛乳	じゃがいも、 米、 〇小麦粉、 油、 〇黒砂糖、 砂糖、 〇油、 片栗粉	〇オレンジ、 にんじん、 チンゲンサイ、 えのきたけ、 赤ピーマン、 黄ピーマン、 ピーマン、 ねぎ、 黒きくらげ、 カットわかめ	
19火	ごはん 高野豆腐のトマト焼き ごま和え 鶏肉スープ	保育乳 スウィートポテト バナナ	保育乳、 鶏もも肉、 牛乳、 チーズ、 高野豆腐、 ちくわ、 卵、 豚ひき肉、 〇卵	〇さつまいも、 米、 〇三温糖、 〇無塩バター、 〇生クリーム、 油、 白ごま	〇バナナ、 たまねぎ、 トマト水煮缶、 こまつな、 だいこん、 キャベツ、 にんじん、 ねぎ、 にんにく	
20水	夏野菜カレー 魚フライ オクラ昆布和え	保育乳 豆乳くずもち パン缶	保育乳、 〇調製豆乳、 白身魚(キング)、 豚肉、 ちくわ、 〇きな粉	米、 〇タピオカ粉、 〇黒砂糖、 片栗粉、 油	たまねぎ、 〇パイン缶、 かぼちゃ、 にんじん、 なす、 きゅうり、 オクラ、 トマト水煮缶、 塩こんぶ	
21木	麦ごはん しらす納豆 ゴーヤーチャンプルー 豚肉と冬瓜スープ	保育乳 大学いも すいか	保育乳、 沖縄豆腐、 挽きわり納豆、 豚肉、 卵、 しらす干し	〇さつまいも、 米、 〇砂糖、 油、 押麦、 〇油、 〇黒ごま	〇すいか、 とうがん、 たまねぎ、 ゴーヤー、 にんじん、 ねぎ	
22金	ジャージャーめん 豆腐わかめスープ オレンジ	保育乳 青菜おにぎり	保育乳、 豚ひき肉、 沖縄豆腐、 赤みそ、 豆みそ	ゆで中華めん、 〇米、 油、 〇白ごま、 砂糖、 片栗粉	オレンジ、 長ねぎ、 もやし、 にんじん、 きゅうり、 こまつな、 たけのこ(ゆで)、 〇大根葉ふりかけ、 ねぎ、 黒きくらげ、 干しいたけ、 にんにく、 しょうが、 カットわかめ	
23土	慰霊の日					
25月	たきこみごはん 鶏肉マーメレード煮 ごま和え 豚汁	保育乳 シリアルパー パン	保育乳、 鶏手羽肉、 豚肉、 みそ	米、 じゃがいも、 〇コーンフレーク、 〇無塩バター、 すりごま	〇パイン缶、 にんじん、 キャベツ、 こまつな、 ごぼう、 たけのこ(ゆで)、 赤ピーマン、 黄ピーマン、 ピーマン、 たまねぎ、 マーメレード、 ねぎ、 干しいたけ	
26火	ごはん 豚と野菜しょうが焼き ポテトフライ 豆腐スープ	保育乳 寿司おにぎり 黄桃	保育乳、 豚肉、 沖縄豆腐、 〇油揚げ	じゃがいも、 米、 〇米、 油、 〇三温糖、 〇白ごま、 三温糖、 片栗粉	こまつな、 たまねぎ、 にんじん、 〇にんじん、 しめじ、 赤ピーマン、 黄ピーマン、 切り干しいたけ、 こんぶ、 長ねぎ、 〇ひじき、 しょうが、 〇味付けのり、 カットわかめ、 〇もも缶	
27水	キャロットライス 鶏のボテマヨ焼き グリーンサラダ ミネストローネ	保育乳 抹茶ケーキ さくらんぼ	保育乳、 鶏もも肉、 〇卵、 豚肉、 〇調製豆乳、 ツナ油漬缶、 調製豆乳	米、 〇ホットケーキ粉、 じゃがいも、 〇三温糖、 〇くりの甘露煮、 〇無塩バター、 マヨネーズ、 〇生クリーム、 マカロニ、 〇砂糖	こまつな、 にんじん、 たまねぎ、 トマト、 コーン缶、 生しいたけ、 セロリ、 パセリ、 〇さくらんぼ	
28木	お弁当会			保育乳、 〇卵、 〇プレーンヨーグルト	〇三温糖、 〇強力粉、 〇無塩バター	
29金	ごはん 魚のみそ焼き クーペイリチー 豆腐芋みそ汁	保育乳 ショートブレッド ヨーグルト	保育乳、 白身魚(キング)、 沖縄豆腐、 みそ、 三枚肉、 〇牛乳	米、 〇小麦粉、 〇無塩バター、 〇三温糖、 こんぶ、 にんにく、 砂糖、 油、 白ごま、 ごま油	〇オレンジ、 にんじん、 こまつな、 しめじ、 刻みこんぶ、 切り干しいたけ、 こんぶ	
30土	わかめおにぎり 春雨野菜スープ		沖縄豆腐	米、 はるさめ	キャベツ、 にんじん、 コーン缶、 わかめふりかけ	

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります