

6月予定献立表

葛飾区渋江保育園

曜	日付	メニュー		主 な 材 料		
				熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの
金	6	ごはん 大豆入り煮込みハンバーグ 野菜とじゃこのさっぱり煮	味噌汁 果物	米 サラダ油 片栗粉 砂糖	鶏ひき肉 大豆 ベーコン ちりめんじゃこ しらす干し みそ	たまねぎ トマト缶 にんじん キャベツ だいこん さやいんげん わかめ 甘夏みかん
水	11	ごはん 魚のフリッター 五目きんぴら	味噌汁 果物	米 100%米粉 サラダ油 しらたき 砂糖 ごま油	かれい 豆腐 みそ	ごぼう にんじん 刻み昆布 さやいんげん たまねぎ こまつな メロン
金	13	入梅イワシのかば焼き丼 アスパラポテト ベーコン すまし汁	果物	米 片栗粉 サラダ油 砂糖 じゃが芋	いわし ベーコン	たまねぎ アスパラガス にんじん わかめ 青ねぎ すいか
火	17	梅しらすごはん 厚揚げのそぼろ煮 キャベツとアスパラ炒め	すまし汁 果物	米 砂糖 片栗粉 サラダ油 はるさめ	しらす干し 鶏ひき肉 生揚げ	梅干し にんじん さやいんげん たまねぎ キャベツ アスパラガス トウモロコシ すいか
木	19	胚芽米ごはん あじと鶏肉のさんが焼き 野菜炒め	味噌汁 果物	胚芽精米 なが芋 片栗粉 サラダ油	あじ 鶏ひき肉 みそ 豆腐	たまねぎ にんじん 青じそ 梅干し キャベツ さやいんげん 赤ピーマン こまつな 長ねぎ すいか
月	23	麦ごはん 高野豆腐と野菜の炒め煮 味噌ポテト	すまし汁 果物	米 押麦 サラダ油 砂糖 片栗粉 じゃが芋	鶏もも 高野豆腐 みそ	にんじん たまねぎ キャベツ アスパラガス えのきたけ こまつな すいか
金	27	胚芽米ごはん 八宝菜 じゃが芋の煮物	味噌汁 果物	胚芽精米 サラダ油 砂糖 片栗粉 ごま油 じゃが芋	豚肉 ほたて缶 油揚げ みそ 豆腐	にんじん たまねぎ 干しいたけ エリンギ キャベツ もやし ピーマン さやいんげん こまつな メロン

*この献立表は区内公立保育園統一の予定表です。行事その他の都合により、内容を変更することがありますのでご了承ください。