６　月　予定献立表　　ぽっぽ保育学院

日	曜日	献立名			
		主食	昼食	乳児食	15時おやつ
1	金	ごはん	魚のみぞれ煮　酢味噌和え 中華スープ　フルーツ	おかゆ　魚の煮付け風　野菜の みそ和え　スープ　フルーツ	牛乳 オレンジゼリー
2	土	ごはん	すりみ焼き　野菜のごまタレかけ　みそ汁	おかゆ　肉豆腐 野菜サラダ風　みそ汁	牛乳 フルーツ
4	月	ごはん	魚の幽庵焼き　高野豆腐の卵とじ みそ汁　フルーツ	おかゆ　魚の幽庵煮風　高野豆腐の 煮物　みそ汁　フルーツ	牛乳 おやつトースト
5	火	ごはん	鶏肉のトマトソース煮込　もやしのナムル みそ汁　納豆　フルーツ	おかゆ　チキンのトマト煮　ナムル風 みそ汁　フルーツ	牛乳 ふかし芋
6	水	親子丼	マカロニサラダ　みそ汁　フルーツ	人参粥　チキンの煮物　マカロニ サラダ風　みそ汁　フルーツ	牛乳 バナナマフィン
7	木	ごはん	ぎせい豆腐　ツナじゃが みそ汁　フルーツ	おかゆ　ぎせい豆腐風　ポテトサラダ みそ汁　フルーツ	牛乳 小豆ようかん
8	金	五穀米御飯	魚のタルタル焼き　ひじきの炒め煮 みそ汁　フルーツ	おかゆ　魚のみそ煮　ひじき煮 みそ汁　フルーツ	牛乳 手作りパンとチーズ
9	土	ごはん	鶏肉と大豆の炒め煮　ほうれん草のゴマ和え　みそ汁	おかゆ　鶏と大豆の煮物 ほうれん草の和え物　みそ汁	牛乳 フルーツ
11	月	ごはん	具たくさん焼肉　きゅうりとワカメの酢の物 みそ汁　フルーツ	おかゆ　具だくさんチキン　きゅうりの 和え物　みそ汁　フルーツ	牛乳 プリン
12	火	ゆかり御飯	魚のコーンマヨネーズ焼き　南瓜の甘煮 みそ汁　フルーツ	おかゆ　魚のコーン焼き風　南瓜の 煮つけ　みそ汁　フルーツ	牛乳 クラッカーとフルーツ
13	水	ごはん	チンジャオロース―　もやしとブロッコリーの 胡麻和え　すまし汁　フルーツ	おかゆ　チンジャオロース―風 ブロッコリーの和え物　吸い物　フルーツ	牛乳 フライポテト
14	木	ちゃんぽん	ししゃも焼き　煮豆　フルーツ	おかゆ　具だくさんうどん 大豆の含め煮　フルーツ	牛乳 おにぎり
15	金	カラフルごはん	チキンカツ　ひじきのサラダ コンソメスープ　ヨーグルトゼリー	カラフルがゆ　野菜とチキンの煮つけ ひじきサラダ　ミルクスープ　フルーツ	牛乳 ロールケーキ
16	土	ごはん	魚の照り焼き　春雨酢の物　みそ汁	おかゆ　魚の和風煮 きゅうりの和え物　みそ汁	牛乳 フルーツ
18	月	五穀米御飯	チャ―シャン豆腐　ピーマンの塩昆布和え 中華スープ　フルーツ	おかゆ　豆腐の煮物　ピーマンの 和え物　スープ　フルーツ	牛乳 ホットケーキ
19	火	ごはん	魚のムニエル　切干大根の炒め煮 みそ汁　フルーツ	おかゆ　魚のムニエル風 大根の煮物　みそ汁　フルーツ	牛乳 りんごゼリー
20	水	カレーライス	コールスローサラダ　コンソメスープ フルーツヨーグルト	おかゆ　肉じゃが　キャベツのおかか 和え　ミルクスープ　フルーツ	牛乳 きな粉トースト
21	木	ごはん	千草焼き　じゃが芋と丸天煮 みそ汁　フルーツ	おかゆ　豆腐のあんかけ　じゃが芋の 金平　みそ汁　フルーツ	牛乳 フルーツあんみつ
22	金	ごはん	魚の味噌マヨネーズ焼き　オクラ納豆 すまし汁　フルーツ	おかゆ　魚のみそ焼き風 納豆　すまし汁　フルーツ	牛乳 大学芋
23	土	ごはん	肉団子の甘酢あん　きゅうりのナムル　みそ汁	おかゆ　肉団子の甘酢煮風 きゅうりの和え物　みそ汁	牛乳 フルーツ
25	月	ミートソース スパゲティ	胡麻ドレサラダ　コンソメスープ　ババロア	おかゆ　ミートうどん サラダ風　スープ　フルーツ	牛乳 おにぎり
26	火	とうもろこし ごはん	白身魚のごま焼き　なすのそぼろ煮 みそ汁　フルーツ	とうもろこがゆ　白身魚の煮つけ 野菜のそぼろ煮　みそ汁　フルーツ	牛乳 ロールパンとチーズ
27	水	ごはん	ポークチャップ　和風サラダ 卵スープ　フルーツ	おかゆ　鶏肉のケチャップ炒め 和風サラダ　スープ　フルーツ	牛乳 石垣まんじゅう
28	木	＊ プ ラ ネ タ リ ウ ム 見 学（愛情弁当日；お弁当・水筒・おやつの準備をお願いします）			
29	金	冷やしサラダ うどん	しゅうまい　塩ゆでそら豆　フルーツ	おかゆ　サラダうどん さつま芋のマッシュ　フルーツ	牛乳 野菜マフィン
30	土	じゃこふりかけ ごはん	スパニッシュオムレツ　五色なます　みそ汁	じゃこがゆ　野菜煮込み なます風煮　みそ汁	牛乳 フルーツ