

令和3年6月献立表

二川保育園(川船作成)

日	曜	未満児主食	昼食	午後のおやつ	赤色	黄色	緑色		
		以上児/未満児kcal	(☆未満児 ★以上児)	(☆未満児午前 ♪手作り)	血や肉を作る食品	カや体温となる食品	体の調子を整える食品		
14	月	ソース焼きそば 387/498kcal	ひじきサラダ 卵スープ ★豚肉のソース炒め	♪ツナと塩昆布のおにぎり 牛乳・バナナ ☆チーズ	豚肉 塩昆布 卵 ツナ ひじき	焼きそば ごはん	にんじん・たまねぎ・ぶなしめじ きゅうり・レタス・ニラ きゃべつ・もやし・バナナ		
15	火	ごはん 385/496kcal	カレイの野菜あんかけ きゃべつのお浸し じゃが芋のみそ汁	♪ソーダゼリー 牛乳・パイナップル ☆おせんべい 1日(ふじ組:クレープ)	カレイ	ごはん お麩 じゃが芋	にんじん・たまねぎ・しいたけ きゃべつ・きゅうり・もやし 小松菜・パイナップル		
16	水	ごはん 424/531kcal	スパニッシュオムレツ ツナと水菜のサラダ コンソメスープ	♪マシュマロクラッカー 牛乳・キウイフルーツ ☆チーズ30日(きく組:ドーナツ)	卵 ツナ	ごはん じゃが芋	たまねぎ・パプリカ・ピーマン 水菜・レタス・きゅうり・きゃべつ にんじん・キウイフルーツ		
17	木	ごはん 486/567kcal	まぐろカツ ねばねばお浸し 3日(さくら組) わかめのみそ汁 (マーボー豆腐・春雨サラダ)	♪カルシウムトースト 牛乳・パイナップル ☆ブルー	まぐろ・しらす 納豆・チーズ わかめ	ごはん	オクラ・モロヘイヤ・きゅうり もやし・たまねぎ・にんじん パイナップル		
18	金	ごはん 415/522kcal	ドライカレー かみかみサラダ チーズ・キウイフルーツ	♪かえるクッキー 麦茶・紫陽花ゼリー ☆おせんべい	豚ひき肉 チーズ ツナ	ごはん 食パン	たまねぎ・にんじん・エリンギ 切干大根・きゅうり・ごぼう にんじん・コーン・キウイフルーツ		
19	土	☆☆サンドイッチ 421/343kcal	魚肉ソーセージ コーンスープ バナナ・チーズ	ヨーグルト おせんべい 麦茶・バナナ ☆☆おかし	卵 ツナ チーズ 魚肉ソーセージ	パン	バナナ・コーン・玉ねぎ		
21	月	五目うどん 410/545kcal	ちくわの磯辺揚げ 青菜のごま和え ★五目汁	♪ゆかりチーズおにぎり 牛乳・パイナップル ☆ブルー	ちくわ・青のり 豚肉 チーズ	うどん ごはん	さやいんげん・もやし・たまねぎ にんじん・だいこん・しいたけ・小松菜 ごぼう・コーン・きゅうり・パイナップル		
22	火	ごはん 406/451kcal	鯖のパン粉焼き コールスローサラダ 8日(すみれ組) トマトスープ (ポテトサラダ)	♪コンフレクおこし 牛乳・夏みかん ☆チーズ	さわら	ごはん じゃが芋	きゅうり・コーン・にんじん とまと・たまねぎ・ぶなしめじ きゃべつ・夏みかん		
23	水	ティンブレット 521/508kcal	フィッシュチップス コロネーション風チキンサラダ スコッチブロススープ	♪スコーン ミルクティー風・バナナ ☆おせんべい	カレイ 鶏肉	食パン じゃが芋	玉ねぎ・セロリ・にんじん きゃべつ・かぶ・きゅうり とまと・バナナ		
24	木	ごはん 375/487kcal	鶏肉のねぎみそ焼き 梅あえ もずくのみそ汁	♪フルーツヨーグルト 牛乳・おせんべい ☆チーズ	鶏肉 豆腐 もずく	ごはん	ねぎ・にんじん・きゅうり・白菜・かぶ もやし・たまねぎ・梅・しいたけ メロン		
11	金	ごはん 425/563kcal	ハヤシライス トマトサラダ チーズ・キウイフルーツ	♪おふラスク 牛乳・一口ゼリー ☆ブルー	豚肉 チーズ	ごはん じゃが芋	たまねぎ・にんじん・レタス とまと・ぶなしめじ・アスパラ ナス・キウイフルーツ		
12	土	しらすチャーハン 513/487kcal	もやしのナムル わかめスープ	♪ココアマフィン 麦茶・バナナ ☆☆おかし	しらす 卵 わかめ	ごはん 春雨	ねぎ・もやし・きゅうり・たまねぎ にんじん・きゃべつ・小松菜 バナナ		
25	金	ふじ組 ふじ祭り	★誕生会 お楽しみ給食★					夕食…焼きそば・ポテトこ焼き・ポップコーン・かき氷	

※献立内の青色は「世界の料理」です。今月はイギリスの料理を提供します。
 ※ピンク色の食材は旬の食材です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。
 ※9・23・25日は以上児の白飯はいりません。
 ※1日はふじ組がクレープを作り午後のおやつに食べます。
 ※3日はさくら組がマーボー豆腐と春雨サラダを作りお昼に食べます。
 ※8日はすみれ組がポテトサラダを作りお昼に食べます。
 ※30日はきく組がドーナツを作り午後のおやつに食べます。
 ※25日はふじ組がお泊まり保育に変わってふじ祭りを行います。夕食は出店の焼きそばとポテトこ焼き、ポップコーン、かき氷を食べます。

6月は梅雨にちなんで
 6月4・18日(金)の午後のおやつに
 紫陽花ゼリーとかえるクッキーを提供します。



★イギリス★ 『ティンブレット』『フィッシュチップス』『コロネーション風チキンサラダ』『スコッチブロススープ』『スコーン』『ミルクティー』

♪『ティンブレット』ティンブレットは、山型の食パンのことで、イギリスではティンという焼き型を使って焼きあげられることから、ティンブレッドと呼ばれています。ティンブレットの特徴は何といってもトースターで焼きあげるとカリカリになり、サクとした食感を楽しめるのも魅力です。

♪『フィッシュチップス』フィッシュ・アンド・チップスは、イギリスを代表する料理の一つです。白身魚に衣をつけて揚げた料理です。

♪『コロネーション風チキンサラダ』コロネーションとは“戴冠(式)”と言う意味です。このサラダはエリザベス女王が即位した際にパーティーで出された創作料理の1つです。茹でた鶏肉をカレーマヨネーズで和え、レーズンやスライスアーモンドを入れます。

園ではじゃが芋やキャベツ等、普段食べ慣れた野菜を使ったコロネーション風チキンサラダにします。

♪『スコッチブロススープ』スコッチブロスは肉や野菜、大麦や豆などの穀物類がたっぷり入ったスープです。

♪『スコーン』アフタヌーンティーといっしょに食べる人気の伝統お菓子です。

薄力粉、ベーキングパウダー、バターなどを混ぜて焼いたお菓子です。

♪『ミルクティー』イギリスは紅茶の国と言われています。ミルクティーは「ティー・ウィズ・ミルク」と呼び、園では麦茶を牛乳で割ってミルクティー風として提供します。

子どもたちが食べやすいように味付けや食材を工夫し、イギリス風の料理を味わいたいと思います。

※都合により献立、食材が変更になる場合があります。

※以上児のエネルギーは、主食を含んでいない時は未満児より低くなります。