

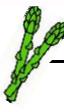
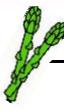
2013
6月



献立表



新渡戸文化子ども園

日曜日	献立名	長時間補食	食べ物の働き		
			血や肉になる	熱や力になる	体の調子をととのえる
3月	ご飯・鮭のみそ焼き・野菜のおかか和え・けんちん汁 ミルクゼリー黒蜜かけ 	チョコ蒸しパン	さけみそ 削り油揚げ木綿豆腐ゼラチン寒天牛乳	米砂糖 じゃがいも砂糖黒砂糖片栗粉ごま油	にんじんごまつなしょうがもやしごぼうだいこんねぎ
4火	ソース焼きそば・ポテトドック・ミニトマト・びわ・牛乳 	オレンジチーズパイ	豚肉たまご青のり牛乳	中華めんじゃがいも薄力粉砂糖サラダ油揚げ油	にんじんミニトマト玉葱キャベツもやしびわ
5水	<おやつ> 白玉ポンチ <給食> ご飯・のりの佃煮・アスパラと豚肉の炒めもの キャベツのごま和え・みそ汁・グレープフルーツゼリー 	ハニートースト	豚肉油揚げ木綿豆腐みそゼラチンのり寒天	米砂糖 サラダ油ごま油白ごま白玉	アスパラガスにんじんごまつな玉葱しょうがキャベツきゅうりだいこんねぎレモングレープ
6木	柏型パン・ポテトコロッケ・せんキャベツ・枝豆サラダ 野菜たっぷりスープ・美生柑	ゆかりおにぎり	豚肉たまご枝豆大豆	パンじゃがいも薄力粉パン粉砂糖 サラダ油揚げ油	にんじん赤ピーマンごまつな玉葱キャベツきゅうり黄ピーマンホールコーンもやしシューシューフルーツ
7金	ミートライス・フレンチサラダ ふわふわコーンスープ・ミルクティゼリー	アメリカンドック	牛肉豚肉たまごゼラチンチーズ牛乳寒天	米薄力粉砂糖片栗粉パン粉砂糖 サラダ油	にんじん赤ピーマンごまつな玉葱キャベツきゅうりマッシュルームキャベツきゅうりコーン
10月	ご飯・鰯の南蛮漬け・切り干し大根の煮物・せんべい汁・豆乳プリン	フルーツヨーグルトパン	あじさつま揚げゼラチン豆乳寒天牛乳	米片栗粉砂糖南部せんべい砂糖揚げ油 サラダ油	にんじんざやいんげんごまつな玉葱切り干しだいこんごぼうだいこんねぎ
11火	ミルクパン・豚肉のアップルソース焼き・ポテトサラダ コーンスープ・さくらんぼ 	うめちりおにぎり	豚肉ベーコン	パン砂糖 じゃがいもマカロニ片栗粉マヨネーズ	にんじんパセリしょうがりんご玉葱きゅうりコーンさくらんぼ
12水	<おやつ> かぼちゃまんじゅう <給食> 五目チャーハン・キャベツの塩だれサラダ 野菜スープ・レモンゼリー	スイスロール	たまご豚肉エビ木綿豆腐ゼラチンじゃこのり寒天	薄力粉米砂糖 サラダ油白ごまごま油	かぼちゃねぎキャベツきゅうりにんにく椎茸豆もやしだけのこぜんまいレモン
13木	クリームスバゲティ・スナップエンドウのサラダ オレンジケーキ・牛乳 	サンドイッチ	鶏肉たまご牛乳生クリーム	スバゲティ薄力粉砂糖 サラダ油バターマーガリン	パセリにんじん玉葱マッシュルームキャベツきゅうりスナップエンドウオ
14金	塩昆布ご飯・いかのかりんと揚げ・モロッコいんげんのごま和え 白玉汁・りんごゼリー	バナナパンケーキ	いかゼラチン塩昆布寒天	米玄米片栗粉砂糖白玉もち白ごま揚げ油	モロッコいんげんにんじんごまつなしょうがもやしごぼうだいこんねぎりんごシュー
17月	ナン・ビーフカレー・スティック野菜・ソファール・牛乳	うどん	牛肉牛乳ヨーグルト	ナン砂糖薄力粉 サラダ油バター	にんじんトマトパインジュースしょうがにんにく玉葱りんごだいこんきゅうり
18火	天むす・だし入り卵焼き・さつま汁・枝豆プリン	サンドイッチ	えびたまご削り節さつま揚げ木綿豆腐ゼラチン枝豆焼きのり寒天牛乳	米薄力粉砂糖	あしたばにんじんごまつなもやし椎茸だいこんねぎ
19水	☆☆☆ 食育の日 世界のおやつ ☆☆☆ イタリア菓子 ビスコッティ <給食> ホットドック・ポテトソテー・かぼちゃのスープ・ピーチゼリー	せんべい バナナ	ウィンナーゼラチン牛乳生クリーム寒天	パンじゃがいも砂糖 マーガリン サラダ油	青ピーマン赤ピーマンかぼちゃにんじんキャベツにんにく黄ピーマン玉葱ももジュースオレシジュース
20木	わかめご飯・ピーマンの肉詰め・梅とじゃこの和え物 かき玉汁・メロン 	白玉 (ごま・みたらし)	豚肉牛肉たまご豆腐じゃこのりチーズわかめ	こめパン粉薄力粉片栗粉	ピーマン玉葱もやしにんじんきゅうりチンゲン菜しめじメロン梅
21金	すき焼き丼・キャベツのゴマしょう油かけ オクラとなすのみそ汁・ミルク寒天	ポテトドック	削り節豚肉木綿豆腐みそ寒天牛乳	米しらたき砂糖白ごま	にんじんざやえんどうオクラ玉葱キャベツなすねぎ
24月	黒砂糖パン・鶏肉のマスタード焼き・コーン入りサラダ スナップエンドウのポターージュ・甘夏ゼリー 	おにぎり	鶏肉たまごゼラチン牛乳生クリーム	パンパン粉砂糖薄力粉 サラダ油バター	にんじんキャベツきゅうりコーン玉葱スナップエンドウレモン甘夏みかん
25火	冷やしきつねうどん・野菜チップス・あじさいゼリー・牛乳 	パンプリン	油揚げ牛乳寒天	うどん砂糖 サラダ油揚げ油	かぼちゃもやしきゅうりれんこんぶどうジュースアセロラジュースフルーツ
26水	<おやつ> ピザトースト <給食> ご飯・豆腐の真砂揚げ・じゃが芋のそぼろ炒め・すまし汁 清見オレンジ	マカロニきな粉 せんべい	ベーコンチーズ木綿豆腐エビ豚肉たまご鶏肉じゃこ	パンマーガリン米でんぷんじゃがいも砂糖花魁米油 サラダ油	ピーマン玉葱マヨにんじんざやいんげんほうろくしょうがねぎしめじ清見オレンジ
27木	手作り枝豆パン・トマトスープ・バジルサラダ・小玉すいか	バイクドポテト	枝豆ウィンナー鶏肉いか牛乳チーズヨーグルト	強力粉砂糖 じゃがいも薄力粉バター サラダ油ごま油	にんじんトマトパセリにんにく玉葱きゅうりもやししょうが
28金	ゆかりご飯・えびしゅうまい・春雨サラダ 青菜のスープ・パイゼリー	そうめん	鶏肉エビたまご木綿豆腐ゼラチン寒天	米片栗粉しゅうまいの皮はるさめ砂糖ごま油白ごま	ゆかりにんじんごまつな玉葱ねぎたけのこしょうがキャベツきゅうり

栄養士 鮑子奈緒美

梅雨の季節となりました。ジメジメとした日が続きます。気温と湿度が高くなるこの時期は、食中毒の原因となる細菌が繁殖しやすくなります。調理や食事の前の手洗い、冷蔵庫の温度管理、調理道具の洗浄、消毒をしっかりとしましょう。給食室でも細心の注意をはらって給食を作っています。

