

6がつ こんだてよていひょう

令和4年5月31日 社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園

7日(火)は、完全給食の日。

(3~5歳児さんは、ご飯がいきりません。)

みんなのおやつには、毎日牛乳がつきます。



日	曜日	めにゅー			きゅうしょくのざいりょう			おうちでとりたいたべもの
		0~2歳児朝のおやつ	お昼の給食	みんなのおやつ	強いちからが出るたべもの(きいろ)	丈夫な体を作るたべもの(あかいろ)	びょうきからまもってくれるたべもの(みどりいろ)	
1	水	おれんじ・ばなな	ぼーくまりね かりぼりサラダ りんご	だいずばー・ぷちゼリー	かたくりこ あぶら じゃが芋 おりーぶおいる まよねーず	ぶたにく はむ	たまねぎ とまと にんじん こーん きゅうり きりぼしだいこん りんご	海藻類・葉もの
2	木	かすてら ぶどうじゅーす	なまあげとぎゅうにくのあんかけ きゃべつとなむるふうサラダ おれんじ	さつまいもぱりん	さとう あぶら かたくりこ しろごま ごまあぶら	なまあげ きゅうにく わかめ	しょうが にんじん たまねぎ えのきたけ さやいんげん きゃべつ きゅうり おれんじ	魚介類・淡色やさしい
3	金	ぼいるういんなー	さけのおうごんやき ごもくひじき ずっきーにくのくずひじきる ばなな	さくさくあげ あつがるばい	あぶら まよねーず かたくりこ	さけ みそ めひじき だいで 油あげ ぶたにく もめん豆腐	たまねぎ しめじ にんじん さやいんげん ずっきーに しょうが ばなな	乳製品・ごま・ナッツ
4	土	おかし ぎゅうにゅう	がるこぎどん もやしのごまあぶらサラダ りんご	おかし	さとう しろすりごま はるさめ ごまあぶら 片栗粉	ぎゅうにく みそ	にんじん たまねぎ いら もやし きゅうり りんご	たまご・やさしい
6	月	ぷちゼリー りんご	とりにくのごもくいため すきむごまあえ おれんじ	かぼちゃの みにくろわっさん	いたこんにやく あぶら 砂糖 かたくりこ しろねりごま	とりにく すきむみるく	たまねぎ にんじん たけのこ きゃべつ こまつな おれんじ	大豆製品・いも類
7	火	2色くらっかー はちみつりんご	さらだそうめん なすのとまとちーずやき ばなな	とろとろゼリー	そうめん さとう あぶら	たまご わかめ つな ちーず	きゅうり にんじん なす とまと たまねぎ ばなな	肉類・やさしい
8	水	おかし ばななじゅーす	てづくりはむ あすばらサラダ きうい ういんなーとやさしいのかれーすーが	あげぱん	さとう あぶら じゃがいも	ぶたミンチ とりにく ぶた肉 ベーこん ういんなー	ばせり みつくすべじたがる あすばらがす 玉ねぎ 人参 ほうれん草 赤びーまん さやいんげん きうい	魚介類・かんきつ類
9	木	すなっくぱん かるびす	さばのゆかりあげ あすかじる おれんじ とうみょうとしおこんぶのしらあえ	ふる一つかんでん	砂糖 片栗粉 油 まよねーず 白すりごま 白ごま さつま芋	さば もめんどうふ つな 塩こんぶ 油あげ みそ 牛乳	しょうが とうみょう にんじん たまねぎ こねぎ おれんじ	たまご・淡色やさしい
10	金	ゼリー	こうやどうふいりじゃーまんおむれつ きゃべつとこーんのようふう煮 りんご	うおーたーちゆるす	じゃがいも あぶら ばたー	こうやどうふ ベーこん たまご すきむみるく	たまねぎ にんじん きゃべつ こーん りんご	海藻類・やさしい
11	土	おかし ぎゅうにゅう	じゃこいりやきうどん はむサラダ ばなな	おかし	ゆでうどん あぶら まよねーず	ベーこん しらすぼし はむ	にんじん たまねぎ びーまん きゃべつ もやし きゅうり ばなな	大豆製品・緑黄色野菜
13	月	ぼうむくーへん おれんじ	ちんじゃおろーす なむる めろん	すていっく ごまくっきー	さとう ごまあぶら あぶら かたくりこ	ぶたにく	びーまん たけのこ にんじん きりぼしだいこん きゅうり もやし めろん	乳製品・葉もの
14	火	ぼいるういんなー	やんによむちきんふう ねばねばすーが じゃーまんぱんがきん おれんじ	えだまめおにぎり	片栗粉 あぶら 砂糖 ごま油 しろごま おりーぶおいる	とりにく ベーこん もめんどうふ	にんにく かぼちゃ たまねぎ おくら なめこ こねぎ しょうが にんにく おれんじ	魚介類・いも類
15	水	うえはーす りんご	びーふかれー こーんすろーサラダ ばなな	ふれんちけーき	あぶら まよねーず	ぎゅうにく なまくりーむ はむ	にんじん たまねぎ ぐりんびーす にんにく きゃべつ こーん ばなな	海藻類・ごま・ナッツ
16	木	まかろにの あべかわ	おからころっけ ぼりぼりきゅうり こまつなとまいたけのにびたし きうい	おれんじぱんち	やまいも こむぎこ ぱんこ あぶら 砂糖 ごま油 白ごま	おから もめんどうふ とうにゅう	にんじん たまねぎ こーん にんにく こまつな まいたけ きゅうり ごーんどうきうい	肉類・かんきつ類
17	金	ここあさんど 乳酸菌飲料	さかなのぼーべきゅーそーすがけ もずくサラダ とうがんすーが ばなな	おふのからめるらすく りんご	かたくりこ あぶら はるさめ ごまあぶら	しろみさかな もずく たまご とりにく	しょうが にんにく たまねぎ こねぎ きゅうり とまと とうがん しめじ ばなな	大豆製品・葉もの
18	土	おかし ぎゅうにゅう	みそあじやきそば つなサラダ おれんじ	おかし	やきそばめん あぶら さとう	ぶたにく みそ つな	にんじん たまねぎ びーまん きゃべつ たけのこ きゅうり おれんじ	乳製品・いも類
20	月	おれんじ やきいも	とうふのまさごあげ やさしいふくめ煮 ぶどう	おこのみとーすと	かたくりこ あぶら さとう さつまいも いとこんにやく	やきどうふ むきえび たまご とりミンチ	にんじん たまねぎ ごぼう れんこん さやいんげん ぶどう	海藻類・緑黄色やさしい
21	火	おたのしみランチ			♪誕生会の日の☆ちょっとかわいい☆ランチです。3~5歳児さんは、ご飯がいきります。♪			
22	水	おかし のむよーぐると	とりにくのしょうがいため つなとこーんのまかろにサラダ りんご	やさいちつぱす	あぶら まかろに まよねーず	とりにく つな	たまねぎ もやし しょうが こーん にんじん きゃべつ りんご	たまご・ごま・ナッツ
23	木	ふる一つきんとん	さけのさくさくあげ あじさいすーが じゃことわかめのサラダ おれんじ	りんごじゃむぱん	こむぎこ かたくりこ あぶら ごまあぶら さとう はるさめ	さけ しらすぼし わかめ なまあげ むきえび	きゅうり にんじん たまねぎ むらさききゃべつ ほうれんそう おれんじ	肉類・淡色やさしい
24	金	2色くらっかー りんごじゅーす	かにたま おくらとにんじんのなっとうあえ ぶどう	みずまんじゅうふう	ばたー かたくりこ	かにかま かにかん たまご なっとう	こねぎ にんじん たまねぎ ぐりんびーす おくら ぶどう	乳製品・やさしい
25	土	おかし ぎゅうにゅう	なぼりたん きゃべつとベーこんのサラダ りんご	おかし	すばげってい あぶら おりーぶおいる さとう	ういんなー ベーこん	にんじん たまねぎ びーまん しめじ ほーんとまと きゃべつ りんご	魚介類・いも類
27	月	ぼうむくーへん りんご	こうやどうふのからあげ ごこくすーが とうがんのくりーむ煮 おれんじ	さけふれしそむすび	ごまあぶら かたくりこ こむぎこ あぶら おしむぎ	こうやどうふ ベーこん 牛乳 なまくりーむ とりにく	しょうが にんにく とうがん しめじ たまねぎ きゃべつ にんじん こーん ぐりんびーす おれんじ	海藻類・ごま・ナッツ
28	火	おかし かるびすみるく	かぼちゃとひじきのにももの ばなな えだまめといとかんでんのすのもの	おれんじけーき	あぶら さとう	めひじき ぶたにく はむ あぶらあげ いとかんでん	かぼちゃ たまねぎ えだまめ きゅうり にんじん さくらげ ばなな	乳製品・葉もの
29	水	ぷちゼリー ばなな	あじのうめおかかやき みそしる ささみといんげんのごまあえ ぶどう	ぼてとぼーる	さとう しろごま じゃがいも	あじ かつおぶし とりささみ わかめ みそ	うめほし しそ さやいんげん にんじん かぼちゃ えのきたけ たまねぎ おくら ぶどう	大豆製品・かんきつ類
30	木	びーなつとーすと 乳酸菌飲料	ちきんかれーなげつと わかびーあえ からふるじゃこべーじたがる りんご	あじさいゼリー	かたくりこ あぶら ごまあぶら	とりミンチ 木綿豆腐 ちーず ベーこん しらす しそわかめ	たまねぎ にんじん ずっきーに びーまん あかびーまん 黄びーまん りんご	魚介類・ごま・ナッツ