

給食献立表

普通食



令和4年年6月

ベビーエンゼル八千代中央保育園

日付	給食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
6月1日	麦ごはん 鱈のパン粉焼き 野菜の浅漬け 味噌汁(モロヘイヤ・えのき)	黒糖蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、パン粉、オリーブ油、蒸しパンミックス、ごま、黒砂糖	鰯、チーズ、味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	にんにく、パセリ、人参、キャベツ、胡瓜、カブ、モロヘイヤ、エノキ	247	10.6	6.1	0.7
6月2日	麦ごはん ひじきハンバーグ インゲンと人参の胡麻和え 味噌汁(じゃが芋、油揚げ)	人参と小松菜のホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、パン粉、ごま、じゃが芋、油揚げ、ホットケーキミックス	豚肉、鶏卵、牛乳、味噌、鰹粉、ひじき、いりこ	玉ねぎ、人参、さやいんげん、小松菜	304	12.2	8.9	1
6月3日	焼うどん まめ豆サラダ バナナ	おにぎり(しらす) いりこ	うどん、油、マヨネーズ、米	豚肉、魚肉ソーセージ、しらす、青のり、チーズ、鰹節、いりこ	人参、キャベツ、もやし、大豆、枝豆、トウモロコシ、バナナ	268	10.7	8.1	1
6月6日	麦ごはん カレービーンズ ナムル風煮びたし 味噌汁(なめこ、豆腐)	きな粉蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、油、カレールー、油揚げ、砂糖、ゴマ油、蒸しパンミックス、きな粉	豚肉、豆腐、味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	大豆、人参、玉ねぎ、ピーマン、ナス、ほうれん草、もやし、なめこ、ねぎ	302	11.7	9.9	1.2
6月7日	ガーリック炒飯 野菜のそぼろ煮 オレンジ	ココア揚げパン 牛乳 いりこ	米、麦、油、砂糖、小麦粉、じゃが芋、ココア、コッペパン	鶏肉、ベーコン、牛乳、いりこ	玉ねぎ、ピーマン、人参、にんにく、さやいんげん、アーモンドスライス、オレンジ	243	7	5.9	0.7
6月8日	麦ごはん 鮭フライ 洋風肉じゃが 味噌汁(モロヘイヤ、油揚げ)	さつま芋のレモン煮 牛乳 いりこ	米、麦、パン粉、油、じゃが芋、バター、砂糖、油揚げ、小麦粉	鮭、鶏卵、ベーコン、味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、モロヘイヤ、サツマイモ、レモン果汁	357	14.4	11.8	1.2
6月9日	ツナとトマトのスパゲッティ フレンチサラダ バナナ	マーブルケーキ いりこ	スパゲッティ、砂糖、油、小麦粉、スキムミルク、ベーキングパウダー、バター、ココア、油	ツナ、鶏卵、いりこ	トマト、たあねぎ、万能ねぎ、にんにく、小松菜、キュウリ、もやし、人参、バナナ	237	10.1	1.4	0.8
6月10日	麦ごはん マーボー春雨 ポテトサラダ コーンスープ	バナナドーナツ いりこ	中華麺、油、砂糖、じゃが芋、ホットケーキミックス、マヨネーズ、片栗粉	春雨、豚肉、チーズ、コーンクリーム、鰹節、いりこ	キャベツ、人参、玉ねぎ、しいたけ、とうもろこし、チンゲン菜、ねぎ、バナナ	315	9.3	9	1.4
6月13日	麦ごはん 豚肉と大根の中華炒め 春雨サラダ 味噌汁(ほうれん草、しめじ)	ココアクッキー いりこ	米、麦、ごま油、マヨネーズ、小麦粉ココア、バター、砂糖	豚肉、ハム、味噌、鰹粉、鶏卵、アーモンドスライス、いりこ	大根、人参、万能ねぎ、胡瓜、ほうれん草、しめじ	296	10.6	10.2	0.9
6月14日	麦ごはん 鶏のから揚げ ラタトゥイユ オニオンスープ	とうもろこし いりこ	米、麦、片栗粉、油、オリーブ油、砂糖、バター、コンソメ、	とりにく、いりこ	しょうが、にんにく、ナス、ズッキーニ、ピーマン、パプリカ、トマト缶、玉ねぎ、人参、とうもろこし	350	11	14.2	0.9
6月15日	麦ごはん カレイの煮つけ 五目豆 味噌汁(生揚げ、ナス)	ブルーベリースコーン 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、小麦粉、ベーキングパウダー、バター	カレイ、刻み昆布、生揚げ、味噌、鰹粉、ブルーベリージャム、牛乳、いりこ	生姜、大豆、人参、ごぼう、レンコン、椎茸、ナス	274	15.7	4.5	1.4
6月16日	麦ごはん チーズハンバーグ モロヘイヤ納豆 味噌汁(もやし、わかめ)	きな粉マカロニ 牛乳 いりこ	米、麦、パン粉、マカロニ、きな粉、砂糖	豚肉、鶏卵、牛乳、納豆、海苔、味噌、鰹粉、チーズ、わかめ、いりこ	玉ねぎ、人参、モロヘイヤ、もやし	299	13.8	8.7	1.1
6月17日	サラダうどん 素揚げ南瓜のおかか和え バナナ	しらすトースト 牛乳 いりこ	うどん、揚げ玉、ごま、油、食パン、マヨネーズ	ツナ、しらす、チーズ、青のり、牛乳、いりこ	レタス、人参、胡瓜、とうもろこし、南瓜、さやいんげん、バナナ	231	8.8	2.9	1.7
6月20日	きのこご飯 カジキの竜田揚げ 大根サラダ 味噌汁(キャベツ、えのき)	スウィートパンプキン 牛乳 いりこ	米、麦、油揚げ、片栗粉、油、砂糖、バター、ごま	メカジキ、味噌、鰹粉、牛乳、バター	椎茸、舞茸、しょうが、大根、人参、胡瓜、南瓜、梅干し	327	8.5	10.6	1.4
6月21日	麦ごはん 鶏ときのこの卵とじ きりこぶの煮つけ 味噌汁(さつま芋、小松菜)	リンゴ寒天 いりこ	米、麦、砂糖、寒天	鶏肉、鶏卵、刻み昆布、ちくわ、味噌、鰹粉、いりこ	人参、玉ねぎ、しめじ、エノキ、しいたけ、サツマイモ、小松菜、グレープ果汁、もも	311	11.9	7.9	1.6
6月22日	夏野菜カレー オーロラサラダ メロン	プリン いりこ	米、麦、油、カレールー、マヨネーズ	豚肉、プリン、いりこ	人参、玉ねぎ、南瓜、トマト、ナス、しょうが、にんにく、キャベツ、胡瓜	289	11.1	8.5	1.5
6月23日	チキンのクリームスパゲッティ パリパリサラダ バナナ	五目おにぎり いりこ	スパゲッティ、バター、コーンフレーク、砂糖、油、米、油揚げ、バター	鶏肉、牛乳、生クリーム、鰹節、いりこ	ミックスベジタブル、小松菜、もやし、トマト、人参、胡瓜、バナナ、しいたけ、三つ葉	303	10.4	8.5	0.4
6月24日	麦ごはん 茄子と野菜のそぼろ煮 春雨の甘酢和え チンゲン菜スープ	ごまチーズホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、片栗粉、砂糖、油、ごま油、ホットケーキミックス、ごま	豚肉、チーズ、牛乳、いりこ、味噌、春雨	ナス、人参、にんにく、生姜、小松菜、党もろこし、チンゲン菜、エノキ	265	9	6.1	1.1
6月27日	親子丼 じゃが芋のソテー メロン	ロシアンクッキー いりこ	米、麦、じゃが芋、油、小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖	鶏肉、鶏卵、海苔、ベーコン、いちごジャム、いりこ	玉ねぎ、グリーンピース、人参、ピーマン、メロン	298	11.3	8.3	0.8
6月28日	麦ごはん タンドリーチキン 野菜炒め 味噌汁(豆腐、チンゲン菜)	とうもろこし いりこ	米、麦、カレールー、油	鶏肉、ヨーグルト、鶏卵、豆腐、味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	にんにく、生姜、キャベツ、人参、もやし、ニラ、チンゲン菜、とうもろこし	306	12.2	11.4	1.4
6月29日	麦ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 切り干し大根の煮物 味噌汁(モロヘイヤ、麩)	南瓜と木の実のケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、油、砂糖、ホットケーキミックス	鮭、切り干し大根、さつま揚げ、麩、スキムミルク、ヨーグルト、鶏卵、レーズン、アーモンド、味噌、鰹粉	人参、ミックスベジタブル、しいたけ、さやえんどう、モロヘイヤ、南瓜	266	12.1	6	1.1
6月30日	麦ごはん 鶏肉の胡麻みそ焼き ポパイソテー 澄まし汁(麩、ニラ、しめじ)	ガレット 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、ごま、じゃが芋、小麦粉、バター	鶏肉、味噌、ベーコン、鰹粉、鶏卵、チーズ、スキムミルク、牛乳、麩、いりこ	コーン、しめじ、ニラ、パセリ	259	12.9	6.9	1.1



※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。
※ () で書かれたメニューは0、1才児クラスのメニューとなります。



給食献立表

卵・乳除去



令和4年年6月

ベビーエンゼル八千代中央保育園

日付	給食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
6月1日	麦ごはん 鯛のパン粉焼き 野菜の浅漬け 味噌汁(モロヘイヤ・えのき)	黒糖ホットケーキ 豆乳 いりこ	米、麦、パン粉、オリーブ油、ホットケーキミックス、ごま、黒砂糖	豚肉、味噌、鰹粉、豆乳、いりこ	にんにく、パセリ、人参、キャベツ、胡瓜、カブ、モロヘイヤ、エノキ	247	10.6	6.1	0.7
6月2日	麦ごはん ひじきハンバーグ インゲンと人参の胡麻和え 味噌汁(じゃが芋、油揚げ)	人参と小松菜のホットケーキ 豆乳 いりこ	米、麦、パン粉、ごま、じゃが芋、油揚げ、ホットケーキミックス	豚肉、豆乳、味噌、鰹粉、ひじき、いりこ	玉ねぎ、人参、さやいんげん、小松菜	304	12.2	8.9	1
6月3日	焼うどん まめ豆サラダ バナナ	おにぎり(しらす) いりこ	うどん、油、マヨドレ、米	豚肉、魚肉ソーセージ、しらす、青のり、鰹節、いりこ	人参、キャベツ、もやし、大豆、枝豆、トウモロコシ、バナナ	268	10.7	8.1	1
6月6日	麦ごはん カレービーンズ ナムル風煮びたし 味噌汁(なめこ、豆腐)	きな粉ホットケーキ 豆乳 いりこ	米、麦、油、除去用カールー、油揚げ、砂糖、ゴマ油、ホットケーキミックス、きな粉	豚肉、豆腐、味噌、鰹粉、豆乳、いりこ	大豆、人参、玉ねぎ、ピーマン、ナス、ほうれん草、もやし、なめこ、ねぎ	302	11.7	9.9	1.2
6月7日	ガーリック炒飯 野菜のそぼろ煮 オレンジ	ココア揚げパン 豆乳 いりこ	米、麦、油、砂糖、小麦粉、じゃが芋、ココア、食パン	鶏肉、ベーコン、豆乳、いりこ	玉ねぎ、ピーマン、人参、にんにく、さやいんげん、アーモンドスライス、オレンジ	243	7	5.9	0.7
6月8日	麦ごはん 鮭フライ 洋風肉じゃが 味噌汁(モロヘイヤ、油揚げ)	さつま芋のレモン煮 豆乳 いりこ	米、麦、パン粉、油、じゃが芋、砂糖、油揚げ、小麦粉	鮭、ベーコン、味噌、鰹粉、豆乳、いりこ	玉ねぎ、人参、モロヘイヤ、サツマイモ、レモン果汁	357	14.4	11.8	1.2
6月9日	ツナとトマトのスパゲッティ フレンチサラダ バナナ	ホットケーキ いりこ	スパゲッティ、砂糖、油、小麦粉、ベーキングパウダー、ココア、油	ツナ、いりこ	トマト、たあねぎ、万能ねぎ、にんにく、小松菜、キュウリ、もやし、人参、バナナ	237	10.1	1.4	0.8
6月10日	麦ごはん マーボー春雨 ポテトサラダ コーンスープ	バナナドーナツ いりこ	中華麺、油、砂糖、じゃが芋、ホットケーキミックス、マヨドレ、片栗粉	春雨、豚肉、コーンクリーム、鰹節、いりこ	キャベツ、人参、玉ねぎ、しいたけ、とうもろこし、チンゲン菜、ねぎ、バナナ	315	9.3	9	1.4
6月13日	麦ごはん 豚肉と大根の中華炒め 春雨サラダ 味噌汁(ほうれん草、しめじ)	ココアクッキー いりこ	米、麦、ごま油、マヨドレ、小麦粉、ココア、砂糖	豚肉、味噌、鰹粉、アーモンドスライス、いりこ	大根、人参、万能ねぎ、胡瓜、ほうれん草、しめじ	296	10.6	10.2	0.9
6月14日	麦ごはん 鶏のから揚げ ラタトゥイユ オニオンスープ	とうもろこし いりこ	米、麦、片栗粉、油、オリーブ油、砂糖、コンソメ、	とりにく、いりこ	しょうが、にんにく、ナス、ズッキーニ、ピーマン、パプリカ、トマト缶、玉ねぎ、人参、とうもろこし	350	11	14.2	0.9
6月15日	麦ごはん カレイの煮つけ 五目豆 味噌汁(生揚げ、ナス)	ブルーベリーホットケーキ 豆乳 いりこ	米、麦、砂糖、小麦粉、ベーキングパウダー	カレイ、刻み昆布、生揚げ、味噌、鰹粉、ブルーベリージャム、豆乳、いりこ	生姜、大豆、人参、ごぼう、レンコン、椎茸、ナス	274	15.7	4.5	1.4
6月16日	麦ごはん ハンバーグ モロヘイヤ納豆 味噌汁(もやし、わかめ) サラダうどん 素揚げ南瓜のおかか和え バナナ	きな粉マカロニ 豆乳 いりこ	米、麦、パン粉、マカロニ、きな粉、砂糖	豚肉、鶏卵、豆乳、納豆、海苔、味噌、鰹粉、わかめ、いりこ	玉ねぎ、人参、モロヘイヤ、もやし	299	13.8	8.7	1.1
6月17日	きのこご飯 カジキの竜田揚げ 大根サラダ 味噌汁(キャベツ、えのき)	しらすトースト 豆乳 いりこ	うどん、揚げ玉、ごま、油、食パン、マヨドレ	ツナ、しらす、青のり、豆乳、いりこ	レタス、人参、胡瓜、とうもろこし、南瓜、さやいんげん、バナナ	231	8.8	2.9	1.7
6月20日	麦ごはん カシキの竜田揚げ 大根サラダ 味噌汁(キャベツ、えのき)	スウィートパンプキン 豆乳 いりこ	米、麦、油揚げ、片栗粉、油、砂糖、ごま	メカジキ、味噌、鰹粉、豆乳	椎茸、舞茸、しょうが、大根、人参、胡瓜、南瓜、梅干し	327	8.5	10.6	1.4
6月21日	麦ごはん 鶏ときのこの煮物 きりこぶの煮つけ 味噌汁(さつま芋、小松菜)	リンゴ寒天 いりこ	米、麦、砂糖、寒天	鶏肉、刻み昆布、除去用ちくわ、味噌、鰹粉、いりこ	人参、玉ねぎ、しめじ、エノキ、しいたけ、サツマイモ、小松菜、グレープ果汁、もも	311	11.9	7.9	1.6
6月22日	夏野菜カレー オーロラサラダ メロン	豆乳ヨーグルト いりこ	米、麦、油、除去用カールー、マヨドレ	豚肉、豆乳ヨーグルト、いりこ	人参、玉ねぎ、南瓜、トマト、ナス、しょうが、にんにく、キャベツ、胡瓜	289	11.1	8.5	1.5
6月23日	チキンコンソメスパゲッティ パリパリサラダ バナナ	五目おにぎり いりこ	スパゲッティ、バター、玄米フレーク、砂糖、油、米、油揚げ	鶏肉、鰹節、いりこ	ミックスベジタブル、小松菜、もやし、トマト、人参、胡瓜、バナナ、しいたけ、三つ葉	303	10.4	8.5	0.4
6月24日	麦ごはん 茄子と野菜のそぼろ煮 春雨の甘酢和え チンゲン菜スープ	ごまホットケーキ 豆乳 いりこ	米、麦、片栗粉、砂糖、油、ごま油、ホットケーキミックス、ごま	豚肉、豆乳、いりこ、味噌、春雨	ナス、人参、にんにく、生姜、小松菜、党もろこし、チンゲン菜、エノキ	265	9	6.1	1.1
6月27日	鶏丼 じゃが芋のソテー メロン	ロシアンクッキー いりこ	米、麦、じゃが芋、油、小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖	鶏肉、海苔、ベーコン、いちごジャム、いりこ	玉ねぎ、グリーンピース、人参、ピーマン、メロン	298	11.3	8.3	0.8
6月28日	麦ごはん タンドリーチキン 野菜炒め 味噌汁(豆腐、チンゲン菜)	とうもろこし 豆乳 いりこ	米、麦、除去用カールー、油	鶏肉、豆腐、味噌、鰹粉、豆乳、いりこ	にんにく、生姜、キャベツ、人参、もやし、ニラ、チンゲン菜、とうもろこし	306	12.2	11.4	1.4
6月29日	麦ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 切り干し大根の煮物 味噌汁(モロヘイヤ、麩)	南瓜と木の実のケーキ 豆乳 いりこ	米、麦、マヨドレ、油、砂糖、ホットケーキミックス	鮭、切り干し大根、除去用さつま揚げ、麩、レーズン、味噌、鰹粉	人参、ミックスベジタブル、しいたけ、さやえんどう、モロヘイヤ、南瓜	266	12.1	6	1.1
6月30日	麦ごはん 鶏肉の胡麻みそ焼き ポパイソテー 澄まし汁(麩、ニラ、しめじ)	こぶき芋 豆乳 いりこ	米、麦、砂糖、ごま、じゃが芋、小麦粉、バター	鶏肉、味噌、ベーコン、鰹粉、豆乳、麩、いりこ	コーン、しめじ、ニラ、パセリ	259	12.9	6.9	1.1