



2024年6月ランチメニュー



今月の栄養量
 エネルギー：566kca
 たんぱく質：20.0g
 脂質：15.2g
 食塩相当量：1.6g

旬の食材
 ・春大根
 ・梅干し
 ・きぬさや
 ・セロリ
 ・パイナップル
 ・新茶



～「和ごはん」を取り入れよう～
 からだにやさしい「和食」中心の食事を提供しています。
 農林水産省 官民協働プロジェクト

ひまわり保育園

月	火	水	木	金	土	
					1	
<p>トマトとブロッコリーの彩りサラダ 大阪府堺市 今野農園 減農薬・無化学肥料栽培の桃太郎トマトを使用しています！</p>		<p>あけみさんの玉葱スープ 野口ファーム「玉葱」 子どもたちがパクパク食べてくれるように美味しい野菜作りをされている淡路島の農家さんです！</p>		<p>今が旬！ 春大根 京都府京丹後市の『てんとうむしぼたけ』からオーガニックの春大根が届きます！6月の給食で登場するよ！</p>		
3	4	5	6	7	8	
ごはん 鶏肉の味噌焼き キャベツのツナ和え 大根とほうれん草のすまし汁 レーズン蒸しパン 牛乳	☆虫歯予防デー献立☆ 大豆とごぼうのカレー ひじきサラダ りんご 復活 ポップコーンとおしゃぶり昆布 牛乳	ごはん 白身魚のねぎマヨ焼き トマトとブロッコリーの彩りサラダ 小松菜と玉葱の味噌汁 クラッカーサンド 牛乳	きつねうどん 白菜のポン酢和え パイナップル おにぎりと食べる煮干し お茶	ごはん カラフトレしゃも塩焼き 人参しりしり キャベツとわかめのスープ ポテトのマヨドレ焼き 牛乳	そぼろ丼 貝だくさん味噌汁 ぼんち揚げとハッピーターン 牛乳	
10	11	12	13	14	15	
☆食体験：キャベツちぎり☆ ごはん 白身魚のしょうゆバター焼き 小松菜の煮浸し 大根と人参の味噌汁 豆乳きな粉餅 牛乳	アマランサスごはん 豚肉のバーベキューソース 春大根サラダ じゃが芋とコーンのスープ ゆかりおにぎり お茶	ごはん 豆腐入り玉子焼き ブロッコリーのおかか和え もやしとしめじの味噌汁 フルーツポンチ 牛乳	ごはん 肉豆腐 いんげんのごま和え 麩とほうれん草のすまし汁 シュガートースト 牛乳	☆食育：梅干し(しそ)☆ 梅ごはん 鶏肉の塩麹焼き さつま芋と切り昆布の煮物 そうめんの味噌汁 マスカットゼリーと満月ボン 牛乳	豚丼 貝だくさん味噌汁 ぼりんことハッピーターン 牛乳	
17	18	19	20	21	22	
ハヤシライス グリーンサラダ チーズ コーンフレーク 牛乳	ごはん・納豆 さばのおろし煮 ほうれん草のゆかり和え うす揚げと玉葱の味噌汁 きな粉パン 牛乳	ごはん ポークチャップ ポテトサラダ えのきとキャベツのスープ 五平もち 煎茶(新茶)	☆お誕生日会☆ ごはん チキン南蛮 切りとツナのごま和え 豆乳味噌汁 バナナケーキ 牛乳	ごはん 豚肉と厚揚げの味噌煮 もやしの甘酢和え きぬさやと玉葱のすまし汁 ピーチヨーグルトとたべっこベビー お茶	☆デイキャンプ☆ キーマカレー 野菜サラダ ぼたぼた焼きとハッピーターン 牛乳	
24	25	26	27	28	29	
ごはん 鶏肉のマ・レード 焼き コールスローサラダ あけみさんの玉葱スープ きな粉マカロニ 牛乳	ごはん 麻婆厚揚げ もやしのナムル 玉子スープ じゃこマヨトースト 牛乳	☆世界の料理☆ ごはん アクアパッツァ ブロッコリーサラダ 小松菜と豆腐のスープ 麩のラスクとオレンジ 牛乳	ごはん 肉じゃが ほうれん草のおかか和え 厚揚げと切干大根の味噌汁 あじさいゼリーとぼりんこ 牛乳	みなづき はらえ 水無月の赦 夏越しごはん 胡瓜とちくわの梅のり和え 白菜と人参の味噌汁 水無月(乳児：わかめおにぎり) お茶	ひじきチャーハン 貝だくさんスープ ぼんち揚げとハッピーターン 牛乳	

【延長おやつ】

月	火	水	木	金	土
ぼりんこ	サラダせん	ぼたぼた焼き	ぼりんこ	サラダせん	ぼたぼた焼き

☆献立はその日の都合により変更することがあります。