

ゆりかごWEC学院

6月 献立表

※フルーツは、りんご、バナナ
オレンジの中からの使用となります。

曜日	月	火	水	木	金	土
日	1★牛乳の日	2	3	4★虫歯予防デー	5	6
献立	ごはん 鶏肉のレモン醤油焼き いんげんの和え物 チンゲン菜のスープ トマト	黒糖パン ポークチャップ キャベツとツナのサラダ えのきの味噌汁 トマト	ごはん 白身魚のごまだれ焼き ひじき煮 白菜のすまし汁 フルーツ	大豆とごぼうのカレーライス グリーンサラダ フルーツ	ごはん 鶏肉の唐揚げ 胡瓜とちくわの梅のり和え 大根の味噌汁 トマト	豚丼 具だくさん味噌汁 フルーツ
おやつ	マドレーヌ 牛乳	フルーツヨーグルト	バナナケーキ 牛乳	ココアクッキー 牛乳	黒糖蒸しパン 牛乳	クリームパン 牛乳
日	8◆未来に残すべき和食	9	10	11	12	13
献立	ごはん 白身魚のおろし煮 ◆クーブイリチー(沖縄県) けんちん汁 フルーツ	豆腐ブレッド 鶏ときのこの和風パスタ ポテトサラダ ほうれん草のスープ トマト	ごはん 肉じゃが キャベツの酢の物 豆腐の味噌汁 トマト	ごはん さばの塩焼き ほうれん草のごま和え 若竹汁 フルーツ	ゆりかごハッピー アニバーサリー お楽しみメニュー	冷やし中華 チキンナゲット フルーツ
おやつ	ドームケーキ 牛乳	若菜おにぎり お茶	カステラサンド 牛乳	米粉のココアブラウニー 牛乳	ヨーグルト クッキー	オレンジゼリー せんべい
日	15★生姜の日	16	17	18	19	20
献立	ごはん 豚肉の生姜炒め ひじきのごまあえ 豆乳味噌汁 トマト	ごはん 手作りさつま揚げ ブロッコリーのおかか和え しめじのすまし汁 フルーツ	お弁当日 	ごはん 豚肉のバーベキューソテー 海藻カラフルサラダ もやしのスープ トマト	ごはん 白身魚のカレームニエル アスパラきのコンソテー 油揚げの味噌汁 フルーツ	中華丼 具だくさんスープ フルーツ
おやつ	たい焼き お茶	さつま芋蒸しパン 牛乳	えびせん 野菜ジュース	レーズンケーキ 牛乳	ごまちゃんすこう お茶	メロンパン 牛乳
日	22	23	24★まごわやさしいデー	25	26★ちらし寿司の日	27
献立	ごはん 牛肉と厚揚げの味噌煮 もやしのナムル 小松菜のスープ トマト	豆腐ブレッド 豚肉のビーフン炒め ブロッコリーの中華和え ほうれん草のスープ トマト	ごはん 白身魚のねぎ焼き さつま芋と切り昆布の煮物 根菜味噌汁 フルーツ	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き ひじきサラダ 玉ねぎの味噌汁 トマト	ちらし寿司 鶏肉の味噌焼き ほうれん草お浸し 豆腐のすまし汁 フルーツ	わかめうどん 切干大根のサラダ フルーツ
おやつ	シフォンケーキ 牛乳	わかめおにぎり お茶	ソーセイジパン 牛乳	チーズポテト お茶	フルーツポンチ	ヨーグルト ビスケット
日	29	30★お誕生会	 クーブイリチー (沖縄県)  <p>クーブとは昆布のことで、イリチーとは乾物や根菜類を炒めて、だしを含ませるように煮込んだものです。主にハレの日に作られていました。 また、昆布は江戸時代に北海道から移入され、琉球料理として定着したと言われています。</p>			
献立	ごはん カレイの唐揚げ 小松菜のおかか和え しめじの味噌汁 フルーツ	小松菜とじゃこの混ぜご飯 三元豚ヒレカツ スパゲティナポリタン たまごスープ フルーツ				
おやつ	アメリカンドッグ 牛乳	あじさいムース アップルジュース				

※牛乳・・・丈夫な体づくりに有効です。ご家庭でもコップ1杯程度飲むよう心掛けていきましょう。

はな組(完了期)・つぼみ組・もも組(1・2歳児)

曜日	月	火	水	木	金	土
日	1	2	3	4	5	6
おやつ	クラッカー 牛乳	クッキー 牛乳	ちりめん お茶	みかん缶	コーンフレーク 牛乳	せんべい 牛乳
日	8	9	10	11	12	13
おやつ	ウエハース 牛乳	チーズ お茶	ビスケット 牛乳	人参スティック お茶	ふんわりコーン 牛乳	ビスコ 牛乳
日	15	16	17	18	19	20
おやつ	コーンフレーク 牛乳	黄桃缶	ヨーグルト	せんべい 牛乳	ちりめん お茶	クラッカー 牛乳
日	22	23	24	25	26	27
おやつ	パン りんごジュース	ふんわりコーン 牛乳	どうぶつビスケット 牛乳	ビスコ 牛乳	チーズ お茶	ウエハース 牛乳
日	29	30				
おやつ	せんべい 牛乳	人参スティック お茶				