



# 6月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (水)	麦茶 ウエハース	鶏肉のオニオントマト煮 温野菜 粉ふき芋 みそ汁 おかゆ	米・じゃが芋・みそ	鶏肉	玉葱・キャベツ・きゅうり 人参・もやし	麦茶 かぼちゃクッキー
2 (木)	麦茶 やきいもクッキー	食パン 豚肉と野菜の煮物 スープ オレンジ	食パン	豚肉	キャベツ・玉葱・もやし 人参・わかめ	麦茶 お野菜せんべい
3 (金)	麦茶 ボーロ	松風焼き 温野菜 すまし汁 おかゆ	米・豆腐	鶏挽肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・わかめ	麦茶 バナナ
4 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
6 (月)	麦茶 お野菜せんべい	肉じゃが 温野菜 おかゆ	米・じゃが芋	豚肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり	麦茶 かぼちゃ
7 (火)	麦茶 ウエハース	煮込みうどん 温野菜 バナナ	ゆでうどん	鶏肉	キャベツ・玉葱・人参 かぶ・きゅうり・バナナ	麦茶 ボーロ
8 (水)	麦茶 オレンジ	コロッケ風 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・じゃが芋・ふ・みそ	豚挽肉	玉葱・人参・もやし きゅうり・キャベツ・わかめ	麦茶 鉄入りビスケット
9 (木)	麦茶 やきいもクッキー	そぼろ煮 南瓜の煮物 みそ汁 おかゆ	米・みそ	豚挽肉	人参・もやし・きゅうり わかめ・きゅうり・キャベツ	麦茶 食パン
10 (金)	麦茶 ミニゼリー	豚肉の煮物 トマト 温野菜 スープ おかゆ	米・豆腐	豚肉	人参・もやし・きゅうり トマト・玉葱	麦茶 むしパン
11 (土)	麦茶 ハイハイン	野菜がゆ きゅうり 麦茶	米	しらす	キャベツ・玉葱・人参 きゅうり	
13 (月)	麦茶 ボーロ	そぼろがゆ 南瓜のサラダ スープ	米・豆腐	豚挽肉	ほうれん草・人参・もやし かぼちゃ・きゅうり・玉葱	麦茶 お野菜リング
14 (火)	麦茶 鉄入りビスケット	肉じゃが 納豆 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・納豆・じゃが芋 みそ	豚肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・もやし・大根	麦茶 むしパン
15 (水)	麦茶 バナナ	ベビーハヤシ 温野菜 おかゆ	米	豚肉	玉葱・人参・小松菜 キャベツ・きゅうり	麦茶 スイートパンプキン



# 6月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
16 (木)	麦茶 小魚せんべい	食パン メロン じゃが芋 スープ	食パン・じゃが芋	鶏肉	きゅうり・キャベツ・玉葱 人参・もやし・メロン	麦茶 しらすがゆ
17 (金)	麦茶 ウエハース	キャロットがゆ 鶏肉の煮物 スープ	米	鶏肉	人参・玉葱・キャベツ きゅうり・わかめ	麦茶 ゼリー
18 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
20 (月)	麦茶 鉄入りビスケット	豆腐のそぼろあんかけ マカロニサラダ みそ汁 おかゆ	米・豆腐・みそ	豚挽肉	玉葱・人参・きゅうり キャベツ・もやし・バナナ	麦茶 むしパン
21 (火)	麦茶 ボーロ	煮込みうどん 温野菜	ゆでうどん	豚肉	玉葱・人参・いんげん もやし・きゅうり	麦茶 バナナ
22 (水)	麦茶 お野菜せんべい	鶏肉の照り焼き 温野菜 すまし汁 おかゆ	米・豆腐	鶏肉	キャベツ・人参・きゅうり わかめ	麦茶 オレンジケーキ
23 (木)	麦茶 ウエハース	花しゅうまい 温野菜 スープ おかゆ	米・豆腐・ふ	豚挽肉	玉葱・キャベツ・人参 もやし	麦茶 さつま芋スティック
24 (金)	麦茶 オレンジ	煮込みハンバーグ 温野菜 スープ おかゆ	米	豚挽肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・わかめ	麦茶 お野菜リング
25 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
27 (月)	麦茶 ボーロ	マーボー豆腐 温野菜 スープ おかゆ	米・豆腐	豚挽肉	人参・もやし・きゅうり 玉葱・わかめ	麦茶 じゃが芋
28 (火)	麦茶 ウエハース	煮込みうどん 温野菜	ゆでうどん	鶏肉	玉葱・人参・ほうれん草 きゅうり	麦茶 ゼリー
29 (水)	麦茶 リンゴ	しらす納豆 じゃが芋 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・じゃが芋・納豆・みそ	しらす	大根・人参・玉葱 わかめ・もやし・キャベツ	麦茶 むしパン
30 (木)	麦茶 お野菜せんべい	食パン メロン 炒り豆腐 トマトスープ	食パン・豆腐	鶏挽肉	玉葱・キャベツ・人参 もやし・トマトジュース メロン	麦茶 おかががゆ



