

献立表

2026年06月

| 日付 | 献立名 | 材料名 <small>(◎は10時おやつ,○は午後おやつ材料)</small> | | | おやつ <small>(◎は10時,○は午後おやつ)</small> |
|---------|---|---|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| | | 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 | |
| 29 月 | 御飯(乳)、御飯(幼・職)、ハヤシライス・豚肉、ゆで卵、ひじきのごまサラダ | 米、○マカロニ・スパゲティ、○砂糖、マヨネーズ、押麦、油、すりごま | 卵、豚肉(肩ロース・脂身付)、○きな粉、ハム | たまねぎ、だいこん、にんじん、きゅうり、マッシュルーム缶、ひじき | ◎麦茶・マンナ、○麦茶、○マカロニあべかわ |
| 30 火 | うどん(乳)、うどん(幼・職)、冷やし変わり納豆うどん、きゅうりの塩もみ、ポテトフライ | ゆでうどん、○米、じゃがいも、てんぷら粉、油、パン粉、○三温糖、○ごま | 挽きわり納豆、○鶏ひき肉、しらす干し、かつお節 | きゅうり、だいこん、にんじん、ねぎ、あおのり、◎バナナ | ◎麦茶・バナナ、○麦茶、○おにぎり(鶏そぼろ) |