



～もりのキッチン～

令和3年度
6月号
げんきな森中央保育園

月		火		水		木		金		土	
★		1 チーズ		2		3 甘辛いりこ		4		5	
		ニラ豚 ポテトサラダ 味噌汁 パイナップル		厚揚げのケチャップ煮 切干大根の酢の物 味噌汁 パイナップル		南瓜入り卵焼き ひじきの華風和え コンソメスープ メロン		魚の竜田揚げ・トマト 野菜のゆかり和え 味噌汁 メロン		親子丼 炒り豆腐 味噌汁 バナナ	
9時		9時	せんべい	9時	チーズ	9時	ポーロ	9時	クッキー	9時	かりんとう
3時		3時	黒糖丸ポーロ	3時	黄粉じゃが団子	3時	ヨーグルトムース	3時	クリームラスク	3時	黒糖パン
7 チーズ		8 手作りふりかけ		9		10		11		12	
炒り卵のハヤシソースかけ ごまじゃこサラダ ワカメスープ スイカ		豆腐の五目炒め じゃがチーズ 味噌汁 スイカ		玄米フレークチキン・アスパラ トマトと胡瓜のレモン和え 卵スープ メロン		豚肉の焼き団子・トマト ひじきのガーリック炒め 味噌汁 メロン		高野豆腐のオランダ煮 野菜のレモン醤油和え 味噌汁 キウイ		ビビンバ丼 大豆入り煮昆布 味噌汁 バナナ	
9時		9時	クラッカー	9時	かりんとう	9時	チーズ	9時	クッキー	9時	せんべい
3時		3時	カントリークッキー	3時	和風スパゲティ	3時	時計クッキー	3時	チーズラスク	3時	コッペパン
14 チーズ		15 パン		16 かえり炒め		17		18		19	
ハヤシライス 福神漬け インゲンのごま和え スイカ		豆腐ハンバーグきのこソースかけ 竹輪と胡瓜の酢の物・トマト 鶏ガラスープ スイカ		スパニッシュオムレツ チンゲン菜の和え物 味噌汁 メロン		焼き肉 枝豆のホクホクサラダ 味噌汁 メロン		魚と野菜のかき揚げ 大豆入り煮昆布 ワカメスープ キウイ		ビーンズカレー 福神漬け 鉄分サラダ バナナ	
9時		9時	ビスコ	9時	ビスケット	9時	あられ	9時	ポーロ	9時	クッキー
3時		3時	かえるパン	3時	ちんすこう	3時	チョコバナナスコーン	3時	りんごゼリー	3時	コッペパン
21 チーズ		22		23 手作りふりかけ		24		25		26	
魚の葱味噌焼き・蒸し南瓜 野菜の納豆和え すまし汁 スイカ		ポークビーンズ・ししゃも オクラのじゃこ和え 味噌汁 スイカ		茄子と豚肉の味噌炒め 青野のおかか和え 春雨スープ メロン		鮭の塩麹焼き・南瓜の甘煮 アスパラ炒め 味噌汁 メロン		ささみフライ・トマト ピーマンのおかか和え 味噌汁 メロン		中華丼 ニラたま 味噌汁 バナナ	
9時		9時	クラッカー	9時	せんべい	9時	チーズ	9時	クッキー	9時	かりんとう
3時		3時	南瓜ケーキ	3時	枝豆おにぎり	3時	冷しぜんざい	3時	鮭フレークラスク	3時	黒糖パン
28 チーズ		29 甘辛いりこ		30		★		★		★	
魚のコーンマヨ焼き・トマト 変わりきんぴら ジュリアンスープ スイカ		ツナ入り卵焼き マカロニサラダ 味噌汁 スイカ		レバーの甘辛煮 スパゲティサラダ 味噌汁 キウイ							
9時		9時	ポーロ	9時	ウエハース	9時		9時		9時	
3時		3時	水ようかん	3時	雑炊	3時		3時		3時	

- ★献立は都合により変更することがあります。ご了承ください。
- ★主食はごはん、又はパンです。
- ★おやつ時の飲み物は、牛乳、又は麦茶です。
- ★甘辛いりこ・手作りふりかけ・かえりいりこ・チーズでカルシウムを強化しています。



6月10日のおやつは、時の記念日にちなんで時計クッキーです。