



6月 献立予定表



ベビーかるーれ
令和4年6月

日・曜日		午前おやつ	昼食			午後おやつ		
			主食	おかず	材料	献立名	材料	
1	15	水	おせんべい	ツナの和風パスタ	ブロッコリーサラダ キャベツのスープ フルーツ	スパゲッティ、ツナ、しめじ、たまねぎ、ブロッコリー、チーズ、ピーマン、キャベツ、コーン、フルーツ	ミルクスティックパン	ホットケーキミックス、牛乳、バター
2	16	木	クッキー	ごはん	マーボーなす きゅうりともやしのナムル わかめスープ・フルーツ	精白米、なす、ピーマン、豚ひき肉、ねぎ、きゅうり、もやし、ごま、わかめ、ねぎ、フルーツ	フルーツヨーグルト	ヨーグルト、バナナ、みかん、もも
3	17	金	ビスケット	おからパン	スパニッシュオムレツ にんじんとチーズのサラダ オニオンスープ・フルーツ	おからパン、たまご、ほうれんそう、たまねぎ、トマト、ハム、牛乳、にんじん、チーズ、フルーツ	青菜としらすおにぎり	精白米、しらす、小松菜、ごま
4	18	土	ウエハース	トマトピラフ	ツナとほうれん草コーン炒め じゃがいものスープ フルーツ	精白米、鶏肉、たまねぎ、ピーマン、ほうれんそう、ツナ、じゃがいも、フルーツ	蒸しパン	ホットケーキミックス、牛乳
6	20	月	おせんべい	わかめごはん	鶏のてり焼き きゅうりのゆかりマヨ和え もやしのお味噌汁・フルーツ	精白米、わかめ、鶏肉、じゃがいも、きゅうり、にんじん、ゆかり、マヨネーズ、もやし、ねぎ、フルーツ	豆腐のお好み焼	キャベツ、豆腐、チーズ、小麦粉
7	21	火	クッキー	ごはん	高野豆腐の酢豚風 キャベツとコーン炒め ふのすまし汁・フルーツ	精白米、高野豆腐、にんじん、たまねぎ、しいたけ、キャベツ、コーン、ベーコン、ねぎ、ふ、フルーツ	ヨーグルト蒸しパン	ホットケーキミックス、ヨーグルト
8	22	水	ビスケット	ジャージャー麺	さつまいも煮 青菜のスープ フルーツ	中華めん、豚ひき肉、たけのこ、しいたけ、ねぎ、さつまいも、ちんげん菜、ごま、フルーツ	きなこサンド	食パン、きな粉、牛乳
9	23	木	ウエハース	ごはん	さばの味噌煮 青菜ともやしのいそべ和え けんちん汁・フルーツ	精白米、さば、もやし、ほうれんそう、のり、しいたけ、豆腐、だいこん、にんじん、ねぎ、フルーツ	じゃがバターチーズ	じゃがいも、チーズ、バター
10	24	金	おせんべい	食パン	豆腐ハンバーグ トマトサラダ 豆乳コーンスープ・フルーツ	食パン、豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、トマト、コーン、豆乳、フルーツ	きつねおにぎり	精白米、油揚げ
11	25	土	クッキー	焼きうどん	キャベツとチーズのサラダ わかめスープ・フルーツ	うどん、豚肉、にんじん、キャベツ、しいたけ、コーン、チーズ、マヨネーズ、ねぎ、わかめ、ごま	焼きおにぎり	精白米
13	27	月	ビスケット	ごはん	キーマカレー ピクルス トマトスープ・フルーツ	精白米、豚ひき肉、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、ピーマン、きゅうり、ベーコン、トマト、フルーツ	フルーツポンチ	りんごジュース、寒天、みかん、もも、バナナ
14	28	火	ウエハース	納豆ごはん	鮭の塩焼き ひじき煮 大根のお味噌汁・フルーツ	精白米、納豆、鮭、ひじき、にんじん、小松菜、ごま、だいこん、フルーツ	ほうれんそう蒸しパン(14日) クッキー(28日)	ホットケーキミックス、牛乳、ほうれんそう
 おたのしみかい おたんじょうびかい 29日(水)		おせんべい	トマトペンネ	鶏のパン粉焼き おからサラダ レタスとコーンのスープ フルーツ	ペンネ、ツナ、トマト、たまねぎ、鶏肉、パン粉、おから、きゅうり、ハム、マヨネーズ、レタス、コーン、フルーツ	あじさいゼリー	ぶどうジュース、りんごジュース、牛乳、寒天	
30	-	木	クッキー	あんかけ やきそば	かぼちゃのサラダ ちんげん菜のスープ フルーツ	中華めん、キャベツ、豚肉、にんじん、たまねぎ、しいたけ、かぼちゃ、マヨネーズ、ねぎ、ちんげん菜、フルーツ	ハムチーズパン	食パン、ハム、チーズ

今月の平均エネルギー供給量

- ・エネルギー 472 kcal
- ・タンパク質 17.6 g

【飲み物について】

朝おやつ、給食、午後おやつのうち、1回を牛乳、2回を麦茶で提供します。

今月のフルーツ(予定)

柑橘類、バナナ など

※都合により献立を変更することがございます。ご了承ください。