

2021年6月献立表（離乳完了期～乳児～幼児食用）

大和YMCA保育園

日 に ち	曜 日	昼 食					午後おやつ	昼 食					午後おやつ	
		主食	主菜	副菜	汁物	フルーツ		主食	主菜	副菜	汁物	フルーツ		
1 火	七分つき米	ごはん	和風ハンバーグ	浅漬け	みそ汁	小夏	牛乳 じゃこトースト	ごはん	和風ハンバーグ	浅漬け	みそ汁	小夏	牛乳 じゃこトースト	
		鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ 塩、片栗粉、かつおだし、昆布だし しょうゆ、砂糖	キャベツ、きゅうり、ごま 人参、モロヘイヤ、えのきたけ かつおだし、昆布だし みそ	人参、モロヘイヤ、えのきたけ かつおだし、昆布だし 葉ねぎ、マヨドレ、豆乳	米粉パン、しらす 葉ねぎ、マヨドレ、豆乳		牛乳 レモンケーキ	七分つき米	鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ 塩、片栗粉、かつおだし、昆布だし しょうゆ、砂糖	キャベツ、きゅうり、ごま 人参、モロヘイヤ、えのきたけ かつおだし、昆布だし みそ	人参、モロヘイヤ、えのきたけ かつおだし、昆布だし 葉ねぎ、マヨドレ、豆乳		米粉パン、しらす 葉ねぎ、マヨドレ、豆乳	
2 水	七分つき米、玄米、豚肉、玉ねぎ、人参、マッシュルーム グリンピース、野菜ブイヨン、トマトピューレー、ケチャップ ソース、砂糖、塩、米粉	ハッシュドポークリース		小松菜の和え物	豆乳チキンスープ	甘夏	牛乳 レモンケーキ	ハッシュドポークリース		小松菜の和え物	豆乳チキンスープ	甘夏	牛乳 レモンケーキ	
		小松菜、もやし 野菜ブイヨン、トマトピューレー、ケチャップ ソース、砂糖、塩、米粉	鶏ひき肉、アスパラガス コーン、豆乳 野菜ブイヨン、塩	鶏ひき肉、アスパラガス コーン、豆乳 野菜ブイヨン、塩	米粉、ベーキングパウダー、甘酒 砂糖、塩、レモン汁、油、豆乳、粉糖		七分つき米、玄米、豚肉、玉ねぎ、人参、マッシュルーム グリンピース、野菜ブイヨン、トマトピューレー、ケチャップ ソース、砂糖、塩、米粉	小松菜、もやし 野菜ブイヨン、塩	鶏ひき肉、アスパラガス コーン、豆乳 野菜ブイヨン、塩	鶏ひき肉、アスパラガス コーン、豆乳 野菜ブイヨン、塩	米粉、ベーキングパウダー、甘酒 砂糖、塩、レモン汁、油、豆乳、粉糖		米粉、ベーキングパウダー、甘酒 砂糖、塩、レモン汁、油、豆乳、粉糖	
3 木	七分つき米、玄米	玄米ごはん	あじの南蛮漬け	かぶのおひたし	みそ汁	セミノール	牛乳 ひじきおにぎり、そら豆	七分つき米、玄米、ひじき、人参 砂糖、しょうゆ、かつおだし、昆布だし、みそ	玄米ごはん	あじの南蛮漬け	かぶのおひたし	セミノール	牛乳 ひじきおにぎり、そら豆	
		あじ、片栗粉、油、きゅうり、しそ、玉ねぎ かつおだし、昆布だし、酢、砂糖、酒 しょうゆ	かぶ、かぶの葉、人参 かつおだし、昆布だし、みそ	さつまいも、小松菜、まいたけ 砂糖、しょうゆ、かつおだし、昆布だし そら豆	さつまいも、小松菜、まいたけ 砂糖、しょうゆ、かつおだし、昆布だし みそ		七分つき米、玄米、ひじき、人参 砂糖、しょうゆ、かつおだし、昆布だし、みそ	七分つき米、玄米	あじ、片栗粉、油、きゅうり、しそ、玉ねぎ かつおだし、昆布だし、酢、砂糖、酒 しょうゆ	かぶ、かぶの葉、人参 かつおだし、昆布だし、みそ	さつまいも、小松菜、まいたけ 砂糖、しょうゆ、かつおだし、昆布だし そら豆		七分つき米、玄米、ひじき、人参 砂糖、しょうゆ、かつおだし、昆布だし そら豆	
4 金	七分つき米	ごはん	厚揚げの煮物	切干大根の甘酢和え	すまし汁	メロン	牛乳 かぼちゃもち、田作り	生揚げ、鶏ひき肉、人参、ねぎ めじ、いんげん、かつおだし 昆布だし、しょうゆ、砂糖、酒	ごはん	松風焼き	甘酢和え	せんべい	牛乳 お菓子	
		生揚げ、鶏ひき肉、人参、ねぎ めじ、いんげん、かつおだし 昆布だし、しょうゆ、砂糖、酒	切干大根、きゅうり、わかめ ごま油、塩、酢、砂糖	もぞく、もやし、えのきたけ かつおだし、昆布だし、しょうゆ	かぼちゃ、片栗粉、砂糖、油 煮干し、しょうゆ		豚ひき肉、ねぎ、豆腐、葉ねぎ しょうゆ、砂糖、みそ、片栗粉	七分つき米	豚ひき肉、ねぎ、豆腐、葉ねぎ きゅうり、キャベツ、人参 酢、砂糖、塩	ねぎ、しめじ、油揚げ かつおだし、昆布だし、みそ	ねぎ、しめじ、油揚げ かつおだし、昆布だし、みそ		せんべい	
5 土	七分つき米	ごはん	肉じゃが	オクラのごま和え	みそ汁	せんべい	牛乳 お菓子	七分つき米、玄米	ごはん	厚揚げの煮物	切干大根の甘酢和え	メロン	牛乳 かぼちゃもち、田作り	
		豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、しらたき かつおだし、昆布だし 油、しょうゆ、砂糖、酒	オクラ、黄ピーマン、きゅうり ごま、砂糖、しょうゆ	もやし、ねぎ、なす かつおだし、昆布だし、みそ	せんべい		七分つき米、玄米	生揚げ、鶏ひき肉、人参、ねぎ めじ、いんげん、かつおだし 昆布だし、しょうゆ、砂糖、酒	切干大根、きゅうり、わかめ ごま油、塩、酢、砂糖	もぞく、もやし、えのきたけ かつおだし、昆布だし、しょうゆ	かぼちゃ、片栗粉、砂糖、油 煮干し、しょうゆ		かぼちゃ、片栗粉、砂糖、油 煮干し、しょうゆ	
7 月	七分つき米	ごはん	鶏の照り焼き	ひじきの白和え	みそ汁	甘夏	牛乳 手作りせんべい	七分つき米、玄米、片栗粉 刻み昆布、煮干し、油 塩、砂糖、しょうゆ	牛乳 五平もち	ごはん	鶏の照り焼き	甘夏	牛乳 手作りせんべい	
		鶏肉、酒、砂糖、しょうゆ	豆腐、人参、ほうれん草、こんにゃく ひじき、すりごま、みそ、砂糖	大根、ねぎ、オクラ かつおだし、昆布だし みそ	七分つき米、片栗粉 刻み昆布、煮干し、油 塩、砂糖、しょうゆ		七分つき米、玄米	鶏肉、酒、砂糖、しょうゆ	豆腐、人参、ほうれん草、こんにゃく ひじき、すりごま、みそ、砂糖	大根、ねぎ、オクラ かつおだし、昆布だし みそ	七分つき米、片栗粉 刻み昆布、煮干し、油 塩、砂糖、しょうゆ		七分つき米、片栗粉 刻み昆布、煮干し、油 塩、砂糖、しょうゆ	
8 火	七分つき米、玄米	玄米ごはん	いわしのトマトソースかけ	フレンチサラダ	スープ	小夏	牛乳 五平もち	七分つき米、玄米 いわし、トマト、玉ねぎ、酒、野菜ブイヨン 砂糖、塩、油	牛乳 ココアクッキー	メロン	玄米ごはん	いわしのトマトソースかけ	小夏	牛乳 五平もち
		いわし、トマト、玉ねぎ、酒、野菜ブイヨン 砂糖、塩、油	キャベツ、きゅうり、セロリ、人参 野菜ブイヨン、塩	コーン、ほうれん草、えのきたけ 野菜ブイヨン、塩	七分つき米、もち米、みそ、砂糖		七分つき米、玄米	いわし、トマト、玉ねぎ、酒、野菜ブイヨン キャベツ、きゅうり、セロリ、人参 油、酢、塩、砂糖	フレンチサラダ	スープ	牛乳 五平もち	牛乳 五平もち		
9 水	七分つき米	ひき肉納豆弁		しそのさっぱり和え	すまし汁	メロン	牛乳 ココアクッキー	七分つき米、玄米、豚ひき肉、ひきわり納豆、ねぎ、人参、油 みそ、しょうゆ、砂糖、酒	牛乳 牛乳	メロン	ひき肉納豆弁	しそのさっぱり和え	メロン	牛乳 ココアクッキー
		七分つき米、玄米、豚ひき肉、ひきわり納豆、ねぎ、人参、油 みそ、しょうゆ、砂糖、酒	きゅうり、もやし、しそ、酢 しょうゆ、砂糖	じゃがいも、チンゲン菜、しめじ かつおだし、昆布だし しょうゆ、塩	米粉、純ココア、片栗粉、砂糖、豆乳 塩、油、ベーキングパウダー		七分つき米、玄米、豚ひき肉、ひきわり納豆、ねぎ、人参、油 みそ、しょうゆ、砂糖、酒	七分つき米、玄米、豚ひき肉、ひきわり納豆、ねぎ、人参、油 きゅうり、もやし、しそ、酢 しょうゆ、砂糖	牛乳 牛乳	七分つき米、玄米、豚ひき肉、ひきわり納豆、ねぎ、人参、油 きゅうり、もやし、しそ、酢 しょうゆ、砂糖	七分つき米、玄米、豚ひき肉、ひきわり納豆、ねぎ、人参、油 塩、油、ベーキングパウダー	牛乳 ココアクッキー		
10 木	七分つき米	ごはん	鮭の塩焼き	ごぼうサラダ	すまし汁	セミノール	牛乳 肉みそパンネ	七分つき米、玄米、片栗粉 玄マカロニ、豚ひき肉、玉ねぎ、人参 ビーマン、油、砂糖、しょうゆ、みそ、米粉	牛乳 お菓子	メロン	ごはん	鮭の塩焼き	すまし汁	牛乳 肉みそパンネ
		鮭、酒、塩	ごぼう、人参、きゅうり マヨドレ、みそ、砂糖、酢	もやし、葉ねぎ、生揚げ かつおだし、昆布だし しょうゆ、塩	七分つき米、片栗粉 玄マカロニ、豚ひき肉、玉ねぎ、人参 ビーマン、油、砂糖、しょうゆ、みそ、米粉		七分つき米、玄米	ごぼう、人参、きゅうり マヨドレ、みそ、砂糖、酢	ごぼうサラダ	すまし汁	セミノール	玄マカロニ、豚ひき肉、玉ねぎ、人参 ビーマン、油、砂糖、しょうゆ、みそ、米粉	牛乳 お菓子	
11 金	七分つき米、玄米	玄米ごはん	豚のしょうが焼き	ひじきサラダ	みそ汁	小夏	牛乳 かぼちゃケーキ	七分つき米、玄米、豚肉、玉ねぎ、油 酒、油	牛乳 和風あんかけ丼	メロン	ごはん	豚のしょうが焼き	すまし汁	牛乳 和風あんかけ丼
		豚肉、玉ねぎ、しょうが、しょうゆ、砂糖 酒、油	ひじき、パプリカ、きゅうり、しょうゆ 酢、砂糖、ごま油	じゃがいも、チンゲン菜、しめじ かつおだし、昆布だし、みそ	米粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳 油、かぼちゃ		七分つき米、玄米、豚肉、玉ねぎ 酒、油	七分つき米、豚肉、玉ねぎ、油 チンゲン菜、油、かつおだし、昆布だし 塩、酒、しょうゆ、砂糖、片栗粉	牛乳 牛乳	牛乳 和風あんかけ丼	メロン	牛乳 和風あんかけ丼	牛乳 和風あんかけ丼	
12 土	七分つき米	ごはん	鮭の磯焼き	大根サラダ	みそ汁	せんべい	牛乳 お菓子	七分つき米、玄米 鮭、酒、塩 しょうゆ、砂糖、酒、青のり	牛乳 牛乳	メロン	玄米ごはん	豚のしょうが焼き	すまし汁	牛乳 かぼちゃケーキ
		鮭、酒、塩 しょうゆ、砂糖、酒、青のり	大根、人参、きゅうり 油、砂糖、塩、酢	かぼちゃ、玉ねぎ、いんげん かつおだし、昆布だし、みそ	せんべい		七分つき米、玄米	鮭、玉ねぎ、しょうが、しょうゆ、砂糖 酒、油	ひじきサラダ	牛乳 牛乳	メロン	牛乳 かぼちゃケーキ	牛乳 かぼちゃケーキ	
14 月	七分つき米、玄米	玄米ごはん	鶏のみそ焼き	高野豆腐の煮物	みそ汁	メロン	牛乳 フライドポテト	七分つき米、玄米 鶏肉、みそ、しょうゆ、砂糖、酒	牛乳 牛乳	メロン	玄米ごはん	鶏のみそ焼き	すまし汁	牛乳 フライドポテト
		鶏肉、みそ、しょうゆ、砂糖、酒	高野豆腐、人参、いんげん こんにゃく、かつおだし、昆布だし しょうゆ、砂糖	切り干し大根、ねぎ、なめこ こんにゃく、かつおだし、昆布だし、みそ	じやがいも、油、塩		七分つき米、玄米 鶏肉、みそ、しょうゆ、砂糖、酒	七分つき米、玄米 鶏肉、みそ、しょうゆ、砂糖、酒	高野豆腐の煮物	牛乳 牛乳	メロン	牛乳 フライドポテト	牛乳 フライドポテト	
15 火	七分つき米	ごはん	肉じゃが	オクラ納豆	みそ汁	甘夏	牛乳 ホットケーキ	七分つき米、玄米 豚肉、じやがいも、玉ねぎ、人参、しらたき グリンピース、かつおだし、昆布だし 油、しょうゆ、砂糖、酒	牛乳 牛乳	甘夏	ごはん	かじきの野菜あんかけ	すまし汁	牛乳 梅豚おにぎり
		豚肉、じやがいも、玉ねぎ、人参、しらたき グリンピース、かつおだし、昆布だし 油、しょうゆ、砂糖、酒	ひきわり納豆、オクラ、モロヘイヤ えのきたけ、しょうゆ、砂											