



わんぱく保育園献立表

(6月分)



日	曜	9:30			10:30			14:30		
		おやつ	昼食	おやつ	初期	中期	後期	初期	中期	後期
1	火	牛乳 せんべい	ご飯 わかめスープ 肉じゃが きやべつと胡瓜の和え物	牛乳 ココア入り蒸しパン	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	7倍かゆ 野菜スープ きやべつのやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 野菜スープ きやべつのやわらか煮	
2	水	牛乳 コーンスナック	ご飯 麩の清汁 豚肉と椎茸のケチャップ煮 しょうゆフレンチ	お茶 おにぎり	10倍かゆ あけぼのマッシュ	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	7倍かゆ 味噌汁 人参のじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のじゃこ煮	
3	木	牛乳 お米スナック	ご飯 人参の清汁 牛肉と野菜のうま煮 胡瓜のごま和え	牛乳 お好み焼き	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	7倍かゆ わかめスープ じゃこじゃが	5倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ わかめスープ じゃこじゃが	
4	金	牛乳 せんべい	小松菜の味噌汁 肉団子 ブロッコリー プチトマト ウインナー パナナ	カルピスかん	10倍かゆ 小松菜のマッシュ	7倍かゆ 小松菜のスープ 麩のべたべた煮	7倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 小松菜のスープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	
5	土	牛乳 せんべい	ご飯 五目炒め豆腐 切干大根のサラダ	牛乳 あられ	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ 味噌おじやかゆ 麩のあけぼの煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 味噌おじやかゆ 麩のあけぼの煮	
7	月	牛乳 サブレ	ご飯 もやしの味噌汁 煮込みハンバーグ ミックス野菜	牛乳 ポテト餅	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ きやべつスープ 人参のうま煮	7倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ きやべつスープ 人参のうま煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	
8	火	牛乳 ウエハース	ご飯 そうめんの清汁 魚のバーベキューソース ポルキヤベツ	ヨーグルト和え 白身魚のマッシュ	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮魚	7倍かゆ わかめスープ じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 煮魚	5倍かゆ わかめスープ じゃが芋の甘煮	
9	水	牛乳 クラッカー	ご飯 豆腐スープ 豚肉のうま煮 もやしとにらの和え物	牛乳 アップルケーキ	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 人参のうま煮	7倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	
10	木	牛乳 せんべい	ご飯 人参の清汁 ポークビーンズ パナナ 胡瓜と人参のおかか和え	お茶 おにぎり	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 粉ふき芋	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 野菜スープ 煮ふき芋	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	
11	金	牛乳 コーンスナック	ご飯 しめじの味噌汁 南瓜のそぼろ煮 シルバーサラダ	牛乳 豆乳ババロア	10倍かゆ 南瓜マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	7倍かゆ 豆乳スープ 南瓜のそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 豆乳スープ 南瓜のそぼろ煮	
12	土	牛乳 ぼん菓子	ご飯 わんぱくカレー わかめと胡瓜のツナサラダ	牛乳 ポーロ	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	7倍かゆ 味噌おじやかゆ グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 味噌おじやかゆ グリンピースのやわらか煮	
14	月	牛乳 ビスケット	ご飯 わかめの味噌汁 栄養きんぴら 胡瓜の昆布和え	牛乳 コーンのおやき	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ トマトスープ 野菜のやわらか煮	7倍かゆ 清汁 人参のじゃこ煮	5倍かゆ トマトスープ 野菜のやわらか煮	5倍かゆ 清汁 人参のじゃこ煮	
15	火	牛乳 クッキー	ご飯 豆腐の清汁 鶏肉の甘辛煮 野菜のごま酢和え	牛乳 豆乳餅	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	7倍かゆ チンゲン菜スープ じゃが芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	5倍かゆ チンゲン菜スープ じゃが芋のそぼろあんかけ	
16	水	牛乳 ウエハース	ご飯 南瓜の味噌汁 肉団子 マカロニサラダ	牛乳 ピーチゼリー	10倍かゆ 南瓜マッシュ	7倍かゆ 清汁 南瓜の煮物	7倍かゆ 納豆汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 南瓜の煮物	5倍かゆ 納豆汁 きやべつのうま煮	
17	木	牛乳 せんべい	中華風混ぜご飯 パナナ わかめスープ サーモン入りコロッケ 胡瓜ときやべつのゆかり和え	牛乳 ロールケーキ	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ わかめスープ 麩のべたべた煮	7倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ わかめスープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	
18	金	牛乳 ビスケット	ご飯 ビーフ汁 ちくわの甘辛煮 小松菜のツナ和え	牛乳 カレー風味のホットケーキ	10倍かゆ 小松菜のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	7倍かゆ わかめスープ きやべつのじゃこ煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ わかめスープ きやべつのじゃこ煮	
19	土	牛乳 せんべい	ご飯 油揚げの味噌汁 牛肉とピーマンの細切り炒め	牛乳 あられ	10倍かゆ あけぼのマッシュ	7倍かゆ 清汁 人参の甘煮	7倍かゆ おじやかゆ じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 人参の甘煮	5倍かゆ おじやかゆ じゃこじゃが	
21	月	牛乳 おかき	ご飯 ハイアシチュー きやべつと春雨の和え物 メロン	牛乳 レーズン蒸しパン	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	7倍かゆ きやべつスープ グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ きやべつスープ グリンピースのやわらか煮	
22	火	牛乳 クッキー	ご飯 豆腐の味噌汁 白身魚の煮付 ひじきの和風サラダ	牛乳 あじさいゼリー (ぶどう)	10倍かゆ 魚のくず煮	7倍かゆ 清汁 魚のあんかけ	7倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のうま煮	5倍かゆ 清汁 魚のあんかけ	5倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のうま煮	
23	水	牛乳 せんべい	ご飯 麩の清汁 五目煮豆 じゃこサラダ	牛乳 フライドポテト	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ わかめスープ じゃが芋の青のり和え	7倍かゆ 清汁 きやべつのじゃこ煮	5倍かゆ わかめスープ じゃが芋の青のり和え	5倍かゆ 清汁 きやべつのじゃこ煮	
24	木	牛乳 ポテトスナック	ご飯 小松菜の味噌汁 鶏肉の炒り煮 ちくわと胡瓜の酢の物	牛乳 フルーツ和え	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 小松菜のスープ 煮豆腐	
25	金	牛乳 クッキー	ご飯 チキンカレー 大豆サラダ パナナ	牛乳 オレンジゼリー	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	7倍かゆ 野菜スープ グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 野菜スープ グリンピースのやわらか煮	
26	土	牛乳 せんべい	きつねうどん きやべつの和え物	牛乳 ポーロ	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ きやべつスープ 人参のじゃこ煮	7倍かゆ 味噌おじやかゆ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ きやべつスープ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ 味噌おじやかゆ 人参のじゃこ煮	
28	月	牛乳 クラッカー	ご飯 玉ねぎの清汁 じゃが芋のベーコン煮 えのきとささみの和え物	牛乳 マカロニきな粉	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のきな粉和え	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のきな粉和え	
29	火	牛乳 ビスケット	ご飯 しめじの味噌汁 白身魚の利休煮 春雨の和え物	牛乳 ジャムサンド	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ きやべつスープ 魚の利休煮	7倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ きやべつスープ 魚の利休煮	5倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	
30	水	牛乳 クッキー	ご飯 高野のスープ 豚肉となすの味噌炒め もやしのごま和え	お茶 おにぎり	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ 清汁 高野豆腐のあけぼの煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 清汁 高野豆腐のあけぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のそぼろあんかけ	