



# 6月 ぽっぽ保育園給食献立表



		お昼ごはん	夕ごはん
1	日	八宝菜、揚げシュウマイ、さつまいもとごぼうの煮物、味噌汁、ご飯	鶏もも肉のバター醤油焼き、もやしの卵とし、レタスとツナサラダ、味噌汁、ご飯
2	月	メンチカツ、ピーマンと茄子のマーボー、かに玉味噌汁、ご飯	牛肉とニラのタレ炒め、冷奴、きゅうりと人参の中華ごま和え、味噌汁、ご飯
3	火	焼きそばパン、フライドポテト、シーフードサラダ、オレンジジュース	豚丼、しめじとオクラの和え物 ミニにゅうめん
4	水	鮭塩焼き、白菜と平天の煮物、玉子豆腐、具だくさん豚汁、ご飯	ポークピカタ、キャベツと人参のオイスターソース炒め パンネのクリームソース、味噌汁、ご飯
5	木	若鳥の竜田揚げ、小松菜と厚揚げのうま煮 ツナとしめじの炊き込みご飯、味噌汁	中華焼きそば、エビのチリソース 味噌汁、のり玉ご飯
6	金	ナポリタンスパゲッティ、フィッシュフライタルタルソース、 コーンサラダ、コンソメスープ、パイナップル	さばの塩焼き、高野豆腐の玉子とし、 鶏五目炊き込みご飯、味噌汁
7	土	チンジャオロース、じゃがいもの甘辛炒め 五目炒り豆腐、味噌汁、ご飯	煮込みハンバーグ、アスパラときのこのソテー スクランブルエッグ、味噌汁、ご飯
8	日	チキンオムライス、ミニアメリカンドッグ シーザーサラダ、オニオンスープ	ニラ海老チヂミ、ブロッコリーのゴマドレ和え チャブチェ、味噌汁、ご飯
9	月	鶏むね肉のソテーカレー風味、チンゲン菜と舞茸の中華炒め、 パンプキンサラダ、野菜スープ、ご飯	ポークカレーライス、茹で卵とレタスのサラダ、福神漬け フランクフルト、コンソメスープ
10	火	焼肉丼、きゅうりともやしのナムル、 きのこの卵とし、味噌汁	焼き餃子、チョレギサラダ、 五目チャーハン、味噌汁
11	水	エビフライタルタルソース、しめじとほうれん草のキッシュ コールスローサラダ、ご飯、味噌汁	豚肉ときゅうりの胡麻しゃぶ、かぼちゃとひら天の煮物、 おぼろ豆腐、味噌汁、ご飯
12	木	鶏の唐揚げ、じゃがいもとコーンのバターソテー ショートパスタとツナのサラダ、味噌汁、ご飯-	和風焼きうどん、だし巻き卵 小松菜のお浸し、味噌汁、ご飯
13	金	コーンクリームシチュー、ハムエッグ イタリアンサラダ、スティックパン、	エビかつ、ゆで卵とブロッコリーのサラダ チキンと野菜のポトフ風スープ、ご飯
14	土	きつねうどん、鶏天 キャベツのゆかり和え、かやくご飯、すいか	五目ちらし寿司、かき揚げ、 なめたけのキュウリ和え、すまし汁
15	日	和風おろしハンバーグ、キノコとチーズのオムレツ チシャの玉ねぎドレッシング、味噌汁、ご飯	ガーリックチキン、カレー風味五目焼きビーフン、 ごぼうサラダ、味噌汁、ご飯
16	月	天津飯、五目春巻き、 中華春雨サラダ、味噌汁	牛肉と焼き豆腐の煮物、水菜のおかかボン酢和え 里芋の煮っ転がし、味噌汁、ご飯
17	火	豚生姜焼き、ポテ玉サラダ 切干し大根とインゲンの煮物、味噌汁、ご飯	ささ身のゴマまぶし揚げ、根菜の田舎煮、 茶碗蒸し、味噌汁、ご飯
18	水	親子丼、れんこんとこんにゃくのきんぴら きゅうりとちりめんの酢の物、味噌汁	海老とブロッコリーのガーリック炒め、ラザニア ハッシュドポテト、味噌汁、ご飯
19	木	酢豚、納豆玉子焼き、 かぼちゃの煮物、味噌汁、ご飯	鶏のつくね、たけのことちくわの土佐煮 小松菜の梅肉和え、味噌汁、ご飯
20	金	コロッケ、ウインナーとキャベツの炒め物、 エビとしめじのグラタン、味噌汁、ご飯	チキンカツ、ピーマンと茄子の味噌炒め、 大豆とごぼうの煮物、味噌汁、ご飯
21	土	回鍋肉、マーボー春雨 ニラ玉炒め、味噌汁、ご飯	牛丼、さつまいもの天ぷら、白菜ときゅうりの胡麻和え、味噌汁
22	日	ミートボールと野菜のトマト煮、しめじとタラコのマヨパスタ ブロッコリーのホットサラダ、味噌汁、ご飯	肉じゃが、ししゃものフライ、 レタスとカリカリじゃこの青じそドレッシング、味噌汁、ご飯
23	月	三色そぼろ丼、白身魚フライ、白菜のごぼう漬、 味噌汁、オレンジ	照り焼きチキン、スパニッシュオムレツ、 きのこのサラダ、味噌汁、ご飯
24	火	蒸しシュウマイ、五目ビーフン 厚揚げとごぼうのゴマ油炒め、味噌汁、ご飯	マーボー豆腐、バンバンジー、 ネギ入り玉子焼き、味噌汁、ご飯
25	水	ロースとんかつ、コーンエッグ、トマトのイタリアンサラダ 味噌汁、ご飯	鮭としめじのホイル焼き、きゅうりとかにかまの酢の物、 五目炒り玉子、味噌汁、ご飯
26	木	海鮮チャーハン、中華肉団子、 もやしのゴマ酢和え、ワカメスープ	トンテキ、エリンギとほうれん草のバター炒め、 ひじきの煮物、味噌汁、ご飯
27	金	ビーフカレー、ジャーマンポテト プチトマトのサラダ、コンソメスープ、福神漬け	シーフードピラフ、ミートボール、 コーンとブロッコリーのサラダ、きのこのスープ
28	土	モダン焼き、大根と水菜の和風サラダ ふかしさつま芋、味噌汁、わかめご飯	ぶっかけそうめん、ちくわの磯部揚げ、 きゅうりの浅漬、たけのこご飯、
29	日	焼きししゃも、鶏じゃが、 小松菜と揚げのお浸し、味噌汁、ご飯	ハヤシライス、ウインナーのケチャップ炒め アスパラとゆで卵のサラダ、野菜スープ
30	月	ミートスパゲッティ、チキンナゲット グリーンサラダ、ベーコンオニオンスープ、スティックパン	アジフライ、豆腐チャンプルー、 いんげんと人参の胡麻和え、味噌汁、ご飯