

6月の給食だよ!

令和6年度
やまぐち保育園



《4月～6月のテーマ》
楽しく食べる
《献立作成上の考慮》
衛生管理を十分に行い、
食中毒に気をつける。

※園では年齢に応じて
牛乳を1人当たり
50～200cc飲んで
います。
※28日(金)は誕生会
です。
ご飯はいりません。

| 日 | 曜 | 3歳未満児 | | 副 食 | | | 3時のおやつ | |
|----|---|-----------|------|------|--|---------------|-----------------------|--------------------------------|
| | | 朝のおやつ | 主 食 | | | | | |
| 1 | 土 | たべっ子どうぶつ | ヤクルト | パン | かぼちゃのくず煮 | 切り干しの中華和え | ウインナーソーテ | |
| 3 | 月 | 白い風船 | ヤクルト | 麦ごはん | チキンスープ | 拌三絲 | 魚のゴマ焼きサクサク | ジャージャー麺 |
| 4 | 火 | マカロニあべ川 | 牛乳 | 麦ごはん | 肉じゃが | 和風コールスローサラダ | ハムステーキ | 豆乳クリームトースト・いりこ |
| 5 | 水 | チョイス | R-1 | パン | コンソメスープ | ラザニア | いんげんのマヨ和え | そばろおにぎり・漬物 |
| 6 | 木 | 乳ボー口 | ヤクルト | 麦ごはん | 豚汁 | 鶏レバーの炒め煮 | ニラ玉 | お麩のラスク・とうもろこし |
| 7 | 金 | バナナ | 牛乳 | パン | かき玉汁 | カレーポテトサラダ | 鶏の甘酢 | ころころチーズパン・いりこ |
| 8 | 土 | 人参ゼリー | 牛乳 | 麦ごはん | 肉豆腐丼 | もやしのナムル | ちくわの磯辺揚げ | |
| 10 | 月 | ウエハース | ヤクルト | パン | ぎょうざスープ | ナポリタン | ごまじゃが | バラエティクッキー・いりこ |
| 11 | 火 | クラッカーサンド | 牛乳 | 麦ごはん | すきやき風煮 | しらすときゅうりの酢の物 | しゅうまい | 揚げパン・いりこ |
| 12 | 水 | ぼたぼた焼き | R-1 | パン | 米粉のコーンポタージュ | ごまネーズサラダ | 高野豆腐と鶏肉の唐揚げ | 甘辛おやき |
| 13 | 木 | りんご | 牛乳 | 麦ごはん | 豆腐の味噌汁 | カラフルきんぴら | 魚のタルタルソースかけ | ホットケーキ |
| 14 | 金 | 蒸し芋 | 牛乳 | 麦ごはん | バターチキンカレー | ビーフンサラダ | かぼちゃの天ぷら | フルーツポンチ・クラッカー |
| 15 | 土 | 丸ボー口 | ヤクルト | パン | ふわふわ汁 | 韓国風炒め物 | キャベツの塩昆布漬け | |
| 17 | 月 | ココナッツサブレ | ヤクルト | 麦ごはん | 八宝菜 | ひき肉ともやしの卵炒め | マッシュポテト | じゃこトースト |
| 18 | 火 | ぶどうゼリー | 牛乳 | 麦ごはん | 卵スープ | 蓮根とチーズのサラダ | 魚のレモン漬け | マカロニあべ川・いりこ |
| 19 | 水 | 手作りクッキー | 牛乳 | パン | タイピーエン | 豚肉のしょうが炒め | はんぺんのオーロラ焼き | 手作りヨーグルトアイス・せんべい (ほし:牛乳ゼリー) |
| 20 | 木 | たべっ子どうぶつ | R-1 | 麦ごはん | じゃが芋の味噌汁 | ごぼうとコーンのサラダ | 揚げ出し豆腐 (ほし:煮豆腐) | 黒糖蒸しパン・いりこ |
| 21 | 金 | バナナ | 牛乳 | パン | カニカマススープ | ひじきサラダ | 中華風ローストチキン | うどんかりんとう |
| 22 | 土 | 白い風船 | ヤクルト | 麦ごはん | あんかけ丼 | じゃが芋のドレッシング和え | ちくわのチーズ炒め | |
| 24 | 月 | ビスコ | ヤクルト | パン | クリームシチュー | キャベツのスパゲティ | スクランブルエッグ | パリパリピザ |
| 25 | 火 | ココアミルクゼリー | 牛乳 | 麦ごはん | わかめスープ | マカロニサラダ | エビカツ | ジャムサンド・いりこ |
| 26 | 水 | 乳ボー口 | R-1 | パン | 肉団子スープ | 五目和え | 揚げぎょうざ (ほし:焼きぎょうざ) | 菜めしおにぎり・漬物 |
| 27 | 木 | 黄粉芋 | 牛乳 | 麦ごはん | 他人丼 | 切り干しのマヨサラダ | 魚肉ソーセージの甘辛炒め | ロッククッキー・いりこ |
| 28 | 金 | スティック野菜 | 牛乳 | | <誕生会> インド風まぜご飯・かたつむりハンバーグ かみかみ和え・コーンスープ・メロン | | | あじさいの花ゼリー・せんべい |
| 29 | 土 | ウエハース | ヤクルト | パン | 麻婆豆腐 | ひじきの炒め煮 | きゅうりの甘酢 | |

※ほし組は食材や調理方法に応じて献立が異なる場合があります。

【材料】(大人2人分)

| | |
|-------------|------|
| 高野豆腐 | 15g |
| 鶏肉(こま切れ) | 150g |
| 塩・こしょう | 少々 |
| 濃口しょうゆ | 10ml |
| 酒 | 少々 |
| ④ 水 | 8ml |
| 鶏ガラスープ顆粒 | 0.3g |
| みりん | 3ml |
| しょうが(すりおろし) | 少々 |
| 片栗粉 | 30g |

★ おすすめレシピ ★ 高野豆腐と鶏肉の唐揚げ

【作り方】

- ①高野豆腐はぬるま湯で戻し、濁りがなくなるまで洗う。その後、よく絞り小さめにちぎる。
- ②④をあわせる。
- ③ビニール袋に鶏肉と高野豆腐、②を入れて30分くらい置いておく。
- ④袋の中に片栗粉を入れ全体に馴染ませる。
- ⑤唐揚げの大きさくらいにし、油で揚げる。

※水分が多いと揚げる時に油がはねるので、その時は片栗粉をまわりに少しつけて揚げてください。

