

日 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1 月	おかゆ 煮魚 大根煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／食パン(市販品)／じゃがいも	調製粉乳／まがれい／まぐろ缶詰(油漬ﾌﾙｰｸﾞﾗｲﾄ)	だいこん／トマト／日本かぼちゃ／玉葱／きゅうり／キャベツ／にんじん
	パン粥 ツナと大根煮 煮きゅうり スープ			
2 火	おかゆ 肉団子煮 キャベツ煮 さつま芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／さつまいも／スパゲティ	調製粉乳／豚ひき肉／まぐろ缶詰(水煮ﾌﾙｰｸﾞﾗｲﾄ)	玉葱／キャベツ／にんじん／グリーンピース／きゅうり
	3種スープパスタ 煮きゅうり 人参煮			
3 水	おかゆ 魚の味噌煮 キャベツ煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／ごはん／三温糖1kg	調製粉乳／まがれい／しらす干し(微乾燥品)	キャベツ／トマト／日本かぼちゃ／玉葱／にんじん／だいこん／きゅうり／なす
	おじや 煮きゅうり なす煮			
4 木	おかゆ 麻婆豆腐風 キャベツ煮 かぼちゃ煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg／食パン(市販品)	調製粉乳／木綿豆腐／鶏若鶏肉ひき肉／まぐろ缶詰(油漬ﾌﾙｰｸﾞﾗｲﾄ)	玉葱／キャベツ／日本かぼちゃ／にんじん／ほうれんそう
	パン粥 ツナと人参煮 ほうれん草煮 スープ			
5 金	おかゆ 炒り鶏 煮きゅうり じゃが芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg／じゃがいも	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉／豚ひき肉	にんじん／玉葱／きゅうり／キャベツ／ねぎ／生しいたけ(菌床栽培、生)／青ピーマン
	やわらかチャーハン キャベツ煮 人参煮			
6 土	おかゆ 鶏ひき肉と野菜煮 煮きゅうり さつま芋煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／さつまいも／三温糖1kg／スパゲティ	調製粉乳／まぐろ缶詰(水煮ﾌﾙｰｸﾞﾗｲﾄ)	キャベツ／にんじん／きゅうり／玉葱／グリーンピース
	3種スープパスタ 人参煮 キャベツ煮			
8 月	おかゆ 肉団子煮 ほうれん草煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／ごはん	調製粉乳／豚ひき肉／しらす干し(微乾燥品)	玉葱／ほうれんそう／トマト／にんじん／だいこん／なす／かぶ
	おじや なす煮 かぶ煮			
9 火	おかゆ 鶏団子煮 人参煮 トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／うどん(ゆで)／さつまいも／三温糖1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉／豚ひき肉	玉葱／にんじん／トマト／キャベツ／ほうれんそう
	煮込みうどん キャベツ煮 さつま芋煮			
10 水	おかゆ そぼろ煮 煮きゅうり トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／ごはん	調製粉乳／豚ひき肉／しらす干し(微乾燥品)	玉葱／きゅうり／トマト／キャベツ／にんじん／だいこん／ブロッコリー
	おじや ブロッコリー煮 キャベツ煮			
11 木	おかゆ 煮魚 ほうれん草煮 トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)	調製粉乳／まがれい／豚ひき肉	ほうれんそう／トマト／キャベツ／玉葱／にんじん／ねぎ／生しいたけ(菌床栽培、生)／青ピーマン／かぶ／きゅうり
	やわらかチャーハン かぶ煮 煮きゅうり			
12 金	おかゆ つくね煮 煮きゅうり トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／スパゲティ／じゃがいも	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉／まぐろ缶詰(水煮ﾌﾙｰｸﾞﾗｲﾄ)	玉葱／にんじん／きゅうり／トマト／キャベツ／グリーンピース
	3種野菜スープパスタ じゃが芋煮 キャベツ煮			
13 土	やわらかチキンライス キャベツ煮 じゃがいも煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／じゃがいも／食パン(市販品)	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉／まがれい	玉葱／にんじん／青ピーマン／キャベツ／きゅうり
	パン粥 煮魚 人参煮 煮きゅうり			
15 月	おかゆ 煮魚 大根煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／スパゲティ	調製粉乳／まがれい／まぐろ缶詰(水煮ﾌﾙｰｸﾞﾗｲﾄ)	だいこん／トマト／にんじん／玉葱／グリーンピース／かぶ／キャベツ
	3種野菜スープパスタ かぶ煮 キャベツ煮			

令和2年 6月分

献立表 (後期)

西東京市立芝久保保育園

日 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
16 火	おかゆ そばろ煮 キャベツ煮 ブロッコリー煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／食パン(市販品)	調製粉乳／豚ひき肉／鶏若鶏肉ひき肉	玉葱／キャベツ／ブロッコリー／にんじん／日本かぼちゃ／ほうれんそう
	パン粥 かぼちゃのそばろ煮 ほうれん草煮 スープ			
17 水	おかゆ つくね煮 キャベツ煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／ごはん	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉／しらす干し(微乾燥品)	玉葱／にんじん／キャベツ／トマト／日本かぼちゃ／だいこん／かぶ／こまつな
	おじや かぶ煮 こまつな煮			
18 木	おかゆ 煮魚 ほうれん草煮 じゃが芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／じゃがいも／スパゲティ	調製粉乳／まがれい／まぐろ缶詰(水煮フレーク)	ほうれんそう／キャベツ／玉葱／にんじん／グリーンピース
	3種野菜スープパスタ キャベツ煮 人参煮			
19 金	おかゆ そばろ煮 煮きゅうり かぼちゃ煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／さつまいも	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／きゅうり／日本かぼちゃ／キャベツ／にんじん／ねぎ／生しいたけ(菌床栽培、生)／青ピーマン
	やわらかチャーハン さつま芋煮 キャベツ煮			
20 土	おかゆ 鶏ひき肉と野菜煮 煮きゅうり さつま芋煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／さつまいも／三温糖1kg／食パン(市販品)／じゃがいも	調製粉乳／まがれい	キャベツ／にんじん／きゅうり／日本かぼちゃ／玉葱
	パン粥 煮魚 じゃがいも煮 キャベツ煮			
22 月	おかゆ 魚の味噌煮 キャベツ煮 トマト煮 すまし汁	水稲穀粒(精白米)／ごはん／三温糖1kg	調製粉乳／まがれい／木綿豆腐／しらす干し(微乾燥品)	キャベツ／トマト／にんじん／こまつな／だいこん／かぶ／なす
	おじや かぶ煮 なす煮			
23 火	おかゆ 肉団子煮 じゃがいも煮 ブロッコリー煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／じゃがいも／食パン(市販品)	調製粉乳／豚ひき肉／鶏若鶏肉ひき肉	玉葱／ブロッコリー／キャベツ／にんじん／日本かぼちゃ
	パン粥 かぼちゃのそばろ煮 キャベツ煮 スープ			
24 水	おかゆ そばろ煮 キャベツ煮 トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／スパゲティ／さつまいも	調製粉乳／豚ひき肉／まぐろ缶詰(水煮フレーク)	玉葱／キャベツ／トマト／にんじん／グリーンピース／きゅうり
	3種野菜スープパスタ さつま芋煮 煮きゅうり			
25 木	おかゆ 肉団子煮 ほうれん草煮 人参煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／ほうれんそう／にんじん／キャベツ／ねぎ／生しいたけ(菌床栽培、生)／青ピーマン／かぶ／きゅうり
	やわらかチャーハン かぶ煮 煮きゅうり			
26 金	おかゆ 肉じゃが煮 かぶ煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／じゃがいも／食パン(市販品)／三温糖1kg	調製粉乳／豚ひき肉／まぐろ缶詰(油漬フレーク)	にんじん／玉葱／かぶ／トマト／なす／キャベツ
	パン粥 ツナとじゃがいも煮 なす煮 スープ			
27 土	おかゆ 煮魚 トマト煮 ブロッコリー煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／スパゲティ／じゃがいも	調製粉乳／まがれい／まぐろ缶詰(水煮フレーク)	トマト／ブロッコリー／キャベツ／玉葱／にんじん／グリーンピース
	3種野菜スープパスタ じゃが芋煮 人参煮			
29 月	おかゆ 魚の味噌煮 大根煮 かぼちゃ煮 すまし汁	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg／うどん(ゆで)	調製粉乳／まがれい／木綿豆腐／豚ひき肉	だいこん／日本かぼちゃ／にんじん／こまつな／ほうれんそう／きゅうり／かぶ
	煮込みうどん 煮きゅうり かぶ煮			
30 火	おかゆ 肉団子煮 トマト煮 じゃが芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／じゃがいも／スパゲティ	調製粉乳／豚ひき肉／まぐろ缶詰(水煮フレーク)	玉葱／トマト／キャベツ／にんじん／グリーンピース／きゅうり／なす
	3種野菜スープパスタ 煮きゅうり なす煮			