令和　元年　6月

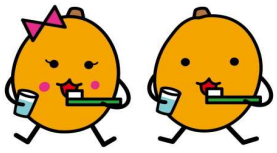
献　立　予　定　表

岡垣町立中部保育所

日	曜日	1～5歳児　副食　および　おやつ			1～2歳児	
		献立名	主材料	午後のおやつ	朝のおやつ	主食および加食
1	土	チャンポン オレンジ 牛乳	中華乾麺・豚肉・ちくわ・かまぼこ・キャベツ・もやし・玉葱 人参・きくらげ・干しいたけ・葱 オレンジ　　牛乳	デニッシュプチパン	グレープ果汁	左に同じ ウインナー
3	月	トマトシチュー かに風味サラダ リンゴ	豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・トマト缶・小麦粉・バター・ミルク ピューレ・デミグラスソース　　かに風味かまぼこ・キャベツ きゅうり・ごま・マヨネーズ　　リンゴ	牛乳 ツナマヨブレット	アップル果汁	ロールパン ロースハム
4	火	焼きししゃも ひじきの煮物 高野豆腐の味噌汁　　バナナ	ししゃも　　ひじき・人参・天ぷら 高野豆腐・わかめ・ごぼう・玉葱・えのき茸・味噌 バナナ	ミルク いりこ＆棒チーズ	オレンジ果汁	白飯 きざみのり
5	水	豚肉の野菜ソテー ウインナースープ オレンジ	豚肉・キャベツ・玉葱・人参・赤パプリカ・黄パプリカ・ピーマン もやし　　ウインナー・クリームコーン缶・じゃが芋・ミルク・牛乳 ドライパセリ　　オレンジ	ココアミルク アップルゼリー	ジョア	かぼちゃパン きゅうりもみ
6	木	チキンバーグ 人参のアーモンド和え なすの味噌汁　　びわ	鶏ミンチ・生姜・豆腐・玉葱・ミルク・パン粉・卵　　人参 キャベツ・スライスアーモンド　　なす・油揚げ・葱・味噌 びわ	牛乳 菓子	お茶 うす焼きビスケット	コーンご飯
7	金	わかめ入り卵焼き 三色野菜炒め レタススープ　　キウイフルーツ	卵・ミルク・わかめ　　もやし・人参・ピーマン レタス・ベーコン・しめじ・玉葱 キウイフルーツ	牛乳 野菜マフィン	グレープ果汁	青米パン 南瓜の甘煮
8	土	きつねうどん リンゴ 牛乳	うどん乾麺・油揚げ・鶏肉・かまぼこ・わかめ・玉葱・人参・卵 リンゴ 牛乳	サンライズパン	野菜ジュース	左に同じ 棒チーズ
10	月	ビーフカレー キャベツとコーンのサラダ バナナ	牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・ピース・バター・小麦粉・ミルク カレー粉・ピューレ・チャツネ・粉チーズ・牛乳・ガラムマサラ 生姜・にんにく　　キャベツ・コーン・ハム・きゅうり　　バナナ	牛乳 クリーム和え	オレンジ果汁	白飯 トマト
11	火	鮭のマヨネーズ焼き ポテトスープ びわ	鮭・マヨネーズ・玉葱・人参・しめじ ベーコン・じゃが芋・ドライパセリ びわ	ココアミルク きな粉団子	飲むヨーグルト	食パン 茹キャベツ
12	水	炊き合わせ そうめん汁（味噌味） リンゴ	鶏肉・厚揚げ・天ぷら・干しいたけ・人参・大根・いんげん そうめん・かまぼこ・玉葱・葱・味噌 リンゴ	牛乳 菓子	ジョア	麦飯 ひき割り納豆
13	木	ちくわと野菜のポン酢和え 鶏団子スープ オレンジ	ちくわ・きゅうり・キャベツ・人参・ポン酢 鶏ミンチ・卵・生姜・片栗粉・玉葱・葱 オレンジ	ミルク パインケーキ	お茶 あかちゃんせんべい	ホットパン ウインナー
14	金	卵の寄せ焼き きんぴらごぼう 豆腐の味噌汁　　キウイフルーツ	卵・ピーマン・人参・玉葱 ごぼう・豚肉・ごま　　豆腐・わかめ・えのき茸・味噌 キウイフルーツ	牛乳 ツナサンド	アップル果汁	ゆかりご飯
15	土	スパゲティナポリタン バナナ 牛乳	スパゲティ・豚肉・プレスハム・玉葱・人参・ピーマン 粉チーズ　　バナナ 牛乳	プチマロンパン	グレープ果汁	左に同じ 茹コーン
17	月	チキンカレー マカロニサラダ キウイフルーツ	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・ピース・バター・小麦粉・ミルク カレー粉・ピューレ・チャツネ・粉チーズ・牛乳・ガラムマサラ 生姜・にんにく　　マカロニ・きゅうり・ハム・卵・コーン マヨネーズ　　キウイフルーツ	牛乳 ミルクもち	オレンジ果汁	白飯
18	火	白身魚のムニエル パプリカソテー かき玉スープ　　リンゴ	白身魚・小麦粉・バター　　キャベツ・赤パプリカ・黄パプリカ 卵・ベーコン・玉葱・人参・ドライパセリ リンゴ	ミルク 小豆蒸しパン	野菜ミックス ジュース	白パン
19	水	肉じゃが 麩の味噌汁 オレンジ	豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・糸こんにゃく・ピース 麩・豆腐・わかめ・味噌 オレンジ	アップル果汁 菓子	クロレラ	菜飯
20	木	ハムと春雨の和え物 ごぼうスープ バナナ	春雨・ハム・きゅうり・キャベツ・人参・ごま 鶏肉・ごぼう・チンゲン菜・しめじ・玉葱 バナナ	ココアミルク チーズケーキ	お茶 動物ビスケット	ホットパン トマト
21	金	昆布と豆の煮物 赤だし味噌汁 オレンジ	ひよこ豆・細切昆布・豚肉・ちくわ・厚揚げ・人参・いんげん もやし・油揚げ・えのき茸・玉葱・葱・味噌・赤味噌 オレンジ	牛乳 卵サンド	飲むヨーグルト	麦飯 焼きししゃも
22	土	五目ラーメン リンゴ 牛乳	中華乾麺・焼き豚・かまぼこ・もやし・玉葱・人参・葱・卵 リンゴ 牛乳	チーズパン	グレープ果汁	左に同じ ロースハム
24	月	ビーフストロガロフ ツナサラダ バナナ	牛肉・玉葱・人参・にんにく・トマト缶・ドライパセリ・小麦粉 バター・ピューレ・ミルク・デミグラスソース　　ツナ缶 じゃが芋・きゅうり・キャベツ・コーン・マヨネーズ　　バナナ	牛乳 ババロア	アップル果汁	ホットパン 棒チーズ
25	火	さばと野菜の味噌焼き ちくわとごぼうの炒め物 すまし汁　　びわ	さば・玉葱・人参・白葱・しめじ・なす・味噌・ごま ちくわ・ごぼう　　豆腐・かまぼこ・葱 びわ	ミルク マドレーヌ	オレンジ果汁	わかめご飯
26	水	ひじきとツナのオムレツ トマトスープ リンゴ	卵・ミルク・ひじき・ツナ缶・人参・玉葱 トマト・じゃが芋・ベーコン・ドライパセリ リンゴ	牛乳 菓子	ジョア	ロールパン 茹キャベツ
27	木	【お誕生日会】　　チキンライス かにかまサラダ 野菜のカレースープ　ゼリー	米・鶏肉・玉葱・人参・コーン・バター・ピューレ・ドライパセリ かに風味かまぼこ・マカロニ・キャベツ・きゅうり・マヨネーズ 豚肉・じゃが芋・カレー粉　　ゼリー	ココアミルク ピーナツバター トースト	野菜ジュース	左に同じ
28	金	鶏レバーの焼き肉風 わかめスープ オレンジ	鶏レバー・牛乳・生姜・小麦粉・片栗粉・玉葱・人参・ピーマン 赤パプリカ・黄パプリカ・焼き肉のたれ わかめ・豚肉・えのき茸・豆腐・ごま・ごま油　　オレンジ	牛乳 フルーツポンチ	グレープ果汁	青米パン 粉ふき芋
29	土	肉うどん リンゴ 牛乳	うどん乾麺・牛肉・油揚げ・かまぼこ・玉葱・人参・葱 リンゴ 牛乳	ジャムパン	飲むヨーグルト	左に同じ 茹コーン

◯は完全給食です。お弁当はいりません。

調味料等の記載は除く
（塩・しょうゆ・ソース・ケチャップ・砂糖・みりん
酒・酢・スープ・だし汁・油等）
都合により、献立を変更する場合があります。
ご了承下さい。



岡垣町イメージキャラクター
♥びわりん＆びわすけ★

【栄養士からのひと言】
ごぼうについて
食物繊維を多く含むので、便秘解消、整調作用、発ガン性物質の排除と、腸内環境をととのえる効果の高い野菜です。

令和　元年　6月

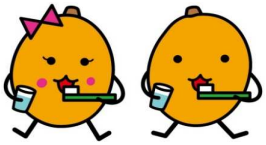
献　立　予　定　表

岡垣町立中部保育所

日	曜日	0歳児				
		献立名	主材料	午後のおやつ	朝のおやつ	主食および加食
1	土	煮込みうどん オレンジ ミルク	うどん乾麺・鶏肉・キャベツ・玉葱・人参 オレンジ ミルク	食パン	果汁	左に同じ
3	月	トマトスープ 野菜サラダ リンゴ	鶏肉・じゃが芋・人参・玉葱・トマト缶 キャベツ リンゴ	ミルク あかちゃんせんべい	果汁	食パン
4	火	白身魚の煮付 人参の煮物 豆腐の味噌汁　　バナナ	白身魚　　人参 豆腐・わかめ・玉葱・味噌 バナナ	ミルク マンナ	果汁	おかゆ
5	水	鶏肉とキャベツのやわらか煮 オニオンスープ オレンジ	鶏肉・キャベツ・玉葱・人参 じゃが芋 オレンジ	ミルク ゼリー	果汁	食パン
6	木	チキンバーグ 人参の和え物 豆腐の味噌汁　　リンゴ	鶏ミンチ・豆腐・玉葱　　人参・キャベツ 味噌 リンゴ	ミルク 動物ビスケット	お茶 あかちゃんせんべい	おかゆ
7	金	豆腐のやわらか煮 人参の甘煮 チキンスープ　　オレンジ	豆腐・わかめ　　人参 鶏肉・玉葱 オレンジ	ミルク あかちゃんせんべい	果汁	食パン 南瓜の甘煮
8	土	煮込みうどん リンゴ ミルク	うどん乾麺・鶏肉・わかめ・玉葱・人参 リンゴ ミルク	食パン	果汁	左に同じ
10	月	チキンスープ キャベツの和え物 バナナ	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参 キャベツ バナナ	ミルク みかん	果汁	おかゆ トマト
11	火	白身魚と野菜の煮付 ポテトスープ オレンジ	白身魚・玉葱・人参 鶏肉・じゃが芋 オレンジ	ミルク あかちゃんせんべい	果汁	食パン 茹キャベツ
12	水	炊き合わせ そうめん汁（味噌味） リンゴ	鶏肉・豆腐・人参・大根 そうめん・玉葱・味噌 リンゴ	ミルク マンナ	果汁	おかゆ
13	木	白身魚とキャベツのやわらか煮 鶏団子スープ オレンジ	白身魚・キャベツ・人参 鶏ミンチ・片栗粉・玉葱 オレンジ	ミルク 動物ビスケット	お茶 あかちゃんせんべい	食パン
14	金	鶏肉と野菜のとろみ煮 豆腐の味噌汁 リンゴ	鶏肉・人参・玉葱 豆腐・わかめ・味噌 リンゴ	ミルク 食パン	果汁	おかゆ
15	土	煮込みスパゲティ バナナ ミルク	スパゲティ・鶏肉・玉葱・人参 バナナ ミルク	食パン	果汁	左に同じ
17	月	チキンスープ マカロニの和え物 オレンジ	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参 マカロニ オレンジ	ミルク あかちゃんせんべい	果汁	おかゆ
18	火	白身魚の煮付 茹キャベツ 玉葱のスープ　　リンゴ	白身魚　　キャベツ 鶏肉・玉葱・人参 リンゴ	ミルク 蒸しパン	果汁	食パン
19	水	鶏肉とじゃが芋の煮物 麩の味噌汁 オレンジ	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参 麩・豆腐・わかめ・味噌 オレンジ	ミルク あかちゃんせんべい	果汁	おかゆ
20	木	春雨の和え物 野菜スープ バナナ	春雨・キャベツ・人参 鶏肉・玉葱 バナナ	ミルク マンナ	お茶 動物ビスケット	食パン トマト
21	金	鶏肉と人参の煮物 玉葱の味噌汁 オレンジ	鶏肉・人参 玉葱・味噌 オレンジ	ミルク 食パン	果汁	おかゆ
22	土	煮込みうどん リンゴ ミルク	うどん乾麺・鶏ミンチ・玉葱・人参 リンゴ ミルク	食パン	果汁	左に同じ
24	月	鶏肉のトマト煮 ポテトの和え物 バナナ	鶏肉・玉葱・人参・トマト缶 じゃが芋・キャベツ バナナ	ミルク ゼリー	果汁	食パン
25	火	白身魚の味噌煮 人参の甘煮 すまし汁　　オレンジ	白身魚・玉葱・人参・白葱・味噌 豆腐 オレンジ	ミルク マンナ	果汁	おかゆ
26	水	豆腐と鶏肉の煮付 トマトスープ リンゴ	豆腐・人参・玉葱 鶏肉・トマト・じゃが芋 リンゴ	ミルク あかちゃんせんべい	果汁	食パン 茹キャベツ
27	木	【お誕生日会】　　おかゆ 鶏肉の甘煮　マカロニのやわらか煮 野菜スープ　　ゼリー	米　　鶏肉・玉葱・人参 マカロニ・キャベツ じゃが芋　　ゼリー	ミルク 食パン	果汁	左に同じ
28	金	鶏レバーと野菜の煮付 わかめスープ オレンジ	鶏レバー・玉葱・人参 わかめ・鶏肉・豆腐 オレンジ	ミルク みかん	果汁	食パン 粉ふき芋
29	土	煮込みうどん リンゴ ミルク	うどん乾麺・鶏肉・玉葱・人参 リンゴ ミルク	食パン	果汁	左に同じ

離乳食の進め方
7～8ヶ月頃（つぶつぶ状）　　（舌で潰せる固さ）
9～10ヶ月頃（柔らかい固形状）歯茎で潰せる固さ）

調味料等の記載は除く
（塩・しょうゆ・砂糖・スープ・だし汁等）
都合により、献立変更する場合があります。ご了承下さい。



岡垣町イメージキャラクター
びわりん＆びわすけ

【栄養士からのひと言】
季節の変わり目は、体調をくずしやすいです。腸内環境を、良くすると、免疫力がアップします。
わかめや玉葱、果物のリンゴやバナナなどが良いです。