




























6月の献立表

日	曜	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	血や肉や骨になる食材	熱と力になる食材	体の調子を整える食材
1	月	かし おちゃ	ごはん、ぶたにくのどんてきふういため トマト、フレッシュサラダ	ふのラスク ようじぎゅうにゅう	豚肉(玉城町産)、ハム、焼心、牛乳	米、砂糖、油、バター、グラニュー糖	玉ねぎ、にんにく、トマト、キャベツ、人参 きゅうり
2	火	かし ぎゅうにゅう	ごはん、さけのチャンチャンやき はるさめサラダ、バナナ 	かし ぎゅうにゅう	さけ、みそ、ツナ、牛乳	米、油、砂糖、春雨、マヨドレッシング	キャベツ、人参、しめじ、玉ねぎ、ねぎ きゅうり、バナナ
3	水	かし ぎゅうにゅう	さんしょくどん、きゅうりのすのもの みそしる	かし ぎゅうにゅう	卵、鶏肉、白はんぺん、鰹節、みそ、牛乳	米、砂糖、油	コーン缶、ほうれん草、きゅうり、人参 もやし、しめじ、ねぎ
4	木	かし おちゃ	ごはん、ぎょうざ、もやしのナムル とうふとわかめのちゅうかスープ	かし ぎゅうにゅう	豚肉(玉城町産)、豆腐、牛乳	米、片栗粉、餃子の皮、ごま油、砂糖 ごま	キャベツ、ねぎ、にら、しょうが、もやし 人参、わかめ
5	金	かし ぎゅうにゅう	ごはん、あまからチキン、キャベツそえ ミネストローネ	キャラメルプリン	鶏肉、ウインナー、牛乳	米、片栗粉、油、砂糖、ごま、じゃがいも キャラメルプリンの素、ホイップクリーム	にんにく、キャベツ、人参、玉ねぎ ホールトマト缶 
6	土	かし		かし			
8	月	かし おちゃ	ごはん、さわらのかばやき もやしのごまあえ、すましじる	にんじんケーキ ようじぎゅうにゅう	さわら、鰹節、豆腐、脱脂粉乳、牛乳	米、片栗粉、油、砂糖、ごま、小麦粉 バター	もやし、人参、小松菜、ねぎ、玉ねぎ
9	火	かし ぎゅうにゅう	ごはん、あますだんご、やさいぞえ NEW: おかゆいりちゅうかスープ	かし ぎゅうにゅう	豚肉(玉城町産)、牛乳	米、じゃがいも、砂糖、片栗粉 白がゆ(防災)	ねぎ、しょうが、人参、玉ねぎ、キャベツ わかめ
10	水	かし ミルク	ガパオふうライス、たまごトマトのスープ メロン	かし ぎゅうにゅう	鶏肉、卵、牛乳 	米、油、砂糖、ごま油	にんにく、玉ねぎ、ピーマン、人参、コーン缶 トマト、ほうれん草、メロン
11	木	かし ぎゅうにゅう	てづくりハヤシ、キャベツとハムのサラダ ヨーグルト	かし やさいジュース	牛肉、ハム、ヨーグルト	米、じゃがいも、油、バター、小麦粉 生クリーム、マヨドレッシング	玉ねぎ、人参、ホールトマト缶、トマトピューレ にんにく、セロリ、キャベツ、きゅうり、やさいジュース
12	金	かし おちゃ	ごはん、ちくぜんに、すましじる、バナナ	オレンジむしパン ようじぎゅうにゅう	鶏肉、さつま揚げ、大豆、豆腐、鰹節 牛乳	米、砂糖、油、小麦粉	たけのこ、人参、ごぼう、こんにゃく、干し椎茸、わかめ いんげん、玉ねぎ、バナナ、オレンジ果汁、みかん缶
13	土	かし 		かし			
15	月	かし ぎゅうにゅう	ごはん、さけのアングレース コールスローサラダ、コンソメスープ	かし ミロミルク	さけ、ハム、脱脂粉乳、ミロ	米、片栗粉、油、パン粉、砂糖 オリーブ油、じゃがいも	しょうが、キャベツ、きゅうり、人参、しめじ 玉ねぎ、パセリ粉
16	火	かし おちゃ	ごはん、やさいふりかけ、パンパンジ トマト、ちゅうかスープ	あおりのポテトビーンズ ようじぎゅうにゅう	鶏肉、みそ、豆腐、大豆、牛乳	米、マヨドレッシング、砂糖、片栗粉、油 じゃがいも	やさいふりかけ、キャベツ、きゅうり、トマト 玉ねぎ、えのきだけ、青梗菜、青のり
17	水	かし ぎゅうにゅう	ごはん、てづくりさつまあげ こまつなごまあえ、みそしる	かし ぎゅうにゅう	すきみだら、しらす干し、豆腐、みそ 鰹節、牛乳	米、じゃがいも、片栗粉、ごま、砂糖、油	玉ねぎ、ごぼう、人参、ひじき、ねぎ、小松菜 切干大根、もやし
18	木	ジャムヨーグルト	ごはん、ポークケチャップ、ひじきサラダ オレンジ	かし ぎゅうにゅう	豚肉(玉城町産)、ツナ、牛乳	米、砂糖、バター、マヨドレッシング	玉ねぎ、人参、ひじき、キャベツ、オレンジ
19	金	かし ぎゅうにゅう	ごもくごはん、チキンのてりやき きゅうりのおかかあえ、すましじる	かし ぎゅうにゅう	ツナ、油揚げ、鶏肉、鰹節、豆腐、牛乳	米、砂糖 	ごぼう、人参、干し椎茸、きゅうり、玉ねぎ ねぎ
20	土	かし		かし 			
22	月	かし ぎゅうにゅう	ごはん、ハンバーグ、やさいぞえ コンソメスープ	かし ジョア	合びき肉、ベーコン、牛乳、ジョア	米、じゃがいも、マヨドレッシング、バター	玉ねぎ、人参、キャベツ、クリームコーン缶 パセリ粉
23	火	かし おちゃ	ごはん、てづくりナゲット、やさいぞえ コンソメスープ	かし ぎゅうにゅう	鶏肉、豆腐、牛乳 	米、片栗粉、油、マヨドレッシング じゃがいも	玉ねぎ、にんにく、しょうが、キャベツ きゅうり、小松菜、えのきだけ、人参
24	水	かし ぎゅうにゅう	ごはん、とりにくのパンこやき、やさいぞえ アジサイスープ	かし ミロミルク 	鶏肉、脱脂粉乳、ミロ	米、小麦粉、パン粉、油、春雨 マヨドレッシング	パセリ粉、キャベツ、人参、ほうれん草 レッドキャベツ
25	木	かし おちゃ	ポークカレー、ココロサラダ、オレンジ	アジサイゼリー 	豚肉(玉城町産)、大豆	米、じゃがいも、カレーパウダー、油 マヨドレッシング、砂糖	玉ねぎ、しょうが、にんにく、人参、きゅうり コーン缶、オレンジ、ぶどう果汁、りんご果汁、寒天
26	金	あつさりポテト ぎゅうにゅう	ごはん、さばのみそに、マカロニサラダ すましじる	トマトむしパン ようじぎゅうにゅう	さば味噌煮(防災)、ハム、豆腐、鰹節、豆乳 牛乳	米、マカロニ、マヨドレッシング、小麦粉 油、砂糖	きゅうり、人参、小松菜、えのきだけ トマトピューレ
27	土	かし		かし			
29	月	かし おちゃ	チャンボンめん トマトときゅうりのあますあえ、バナナ	NEW: ミニたいやき ようじぎゅうにゅう	豚肉(玉城町産)、えび、なると、牛乳	中華そば、ごま油、片栗粉、砂糖、たい焼き	もやし、白菜、玉ねぎ、人参、ねぎ、トマト きゅうり、バナナ
30	火	かし ぎゅうにゅう	ごはん、とうふミートローフ、こふきいも ブロッコリーサラダ	かし ぎゅうにゅう	豚肉(玉城町産)、豆腐、豆乳、ツナ、牛乳	米、パン粉、砂糖、じゃがいも マヨドレッシング 	しょうが、玉ねぎ、青のり、ブロッコリー 人参

〈幼児組〉毎日箸を持たせてください。献立日の横に  マークがある日は箸とスプーンの両方を持たせてください。
 〈未満児組〉おやつは午前と午後の2回です。箸とスプーンは保育所で用意します。
 防災備蓄食の白がゆ(9日)、さば味噌煮(26日)を給食で食べ、非常時の食事を体験します。