

おきなわ地球こども園(一般)

2023年06月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1	2	3
昼食	☆6月は食育月間です☆ 「食育月間」は豊かな人間性を育み、生きる力を身につけることを目標に設けられました。様々な場所で食育に関する行事が行われますが、ご家庭でも食に関する絵本を読んだり、親子で料理を楽しんだり、こどもたちが食に興味をもつ機会を作っていただくと幸いです。また、6月4日～10日は歯と口の健康週間です。今月は特に、よく噛んで食べることを意識したメニューを多く取り入れています。			麦ごはん みそ汁(かぼちゃ,玉ねぎ) サバのカレー焼 ブロッコリーソテー りんご	麦ごはん もずく丼 みそ汁(白菜,きざみ揚げ) キャベツサラダ さかなっこ味付け	麦ごはん 中華丼 みそ汁(厚揚げ,ねぎ) 胡瓜とみかんの和え物 ベビーチーズ
午後				酪農牛乳 マシュマロフレーク	酪農牛乳 シナモントースト	酪農牛乳 スコーン(ほうれん草入)
	5	6	7	8	9	10
昼食	麦ごはん すまし汁(大根,わかめ) 鮭のマヨネーズ焼 人参しりしり バナナ	スパゲティーミートソース アーサ汁 コールスローサラダ りんご	<b>お弁当の日</b>	麦ごはん みそ汁(コマツ,しめじ) さばのおろし煮 いんげんソテー パイン缶	ロールパン クリームシチュー 切り干し大根サラダ バナナ	麦ごはん みそ汁(かつ,豆腐) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(キャベツ,ピーマン) オレンジ
午後	酪農牛乳 ちんすこう	酪農牛乳 ピザトースト	野菜ジュースA&C 米粉と豆腐のブラウニー	酪農牛乳 あげパン(きな粉)	ほうじ茶 納豆みそおにぎり	酪農牛乳 かりんとう
	12	13	14	15	16	17
昼食	あわご飯 みそ汁(キャベツ,厚揚げ) 肉じゃが きゅうりとわかめの和え物 ベビーチーズ	ゆかりご飯 魚汁 ちくわ磯辺揚げ クープイリチー りんご	あわご飯 みそ汁(キャベツ,じゃが芋) 厚揚げのそぼろ煮 かぼちゃサラダ ブルーベリー	麦ごはん みそ汁(コマツ,麩) 松風焼き きゅうりと塩昆布あえ オレンジ	沖縄そば(野菜) 煮豆 パイン缶	麦ごはん マーボー豆腐 コンソープ ナムル さかなっこ味付け
午後	豆乳 もちもちドーナツ(卵抜き)	酪農牛乳 じゃこトースト	酪農牛乳 チーズ蒸しパン	酪農牛乳 パン(きな粉クリーム)	ほうじ茶 味噌おにぎり	酪農牛乳 はちやぐみ
	19	20	21	22	23	24
昼食	麦ごはん みそ汁(かつ,えのき) 鶏のからあげ ブロッコリー炒め バナナ	麦ごはん すまし汁(冬瓜,わかめ) さばのみそ煮 キャベツのごま和え りんご	<b>お弁当の日</b> 	麦ごはん みそ汁(なす) 魚のポテトクリーム焼 きんぴら風煮 オレンジ	<b>慰霊の日</b> 	麦ごはん みそ汁(コマツ,しめじ) チキンママレード煮 野菜炒め(もやし,ひじき) ミニゼリー
午後	酪農牛乳 ドライカレーサンド	酪農牛乳 大学芋	酪農牛乳 お誕生日ケーキ	酪農牛乳 フライドポテト		酪農牛乳 黒糖カステラ
	26	27	28	29	30	
昼食	麦ごはん 挽きわり納豆 イナムルチ タマナーチャンブルー バナナ	麦ごはん みそ汁(白菜,トマト) まぐろカツ ひじき炒め ベビーチーズ	麦ごはん タコライス みそ汁(冬瓜,えのき) 粉ふき芋 オレンジ	麦ごはん すまし汁(しめじ,えのき) 豚肉のしょうが焼 なます りんご	麦ごはん カレーライス(根菜) フルーツサラダ	
午後	酪農牛乳 サーターアンダギー	豆乳 黒糖くずもち	酪農牛乳 ジャムパン(ブルーベリー)	酪農牛乳 人参クッキー	酪農牛乳 ヨーグルトケーキ	