



# 6月給食献立表

2021年 天宗東住吉園  
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食		3時のおやつ	材 料 名		
			乳幼児			赤: 血や肉を作る	緑: 体の調子を整える	黄: 熱や力の元になる
1	火	牛乳 满月ボン	けんちんうどん かぼちゃの煮物 青りんごゼリー		お茶 昆布おにぎり	鶏肉	ごぼう・大根・人参 ねぎ・しょうが かぼちゃ・絹さや 塩昆布	細うどん・里芋・上白糖 みりん・三温糖 青りんごゼリー
2	水	牛乳 ほうれん草りんぐ	ご飯 ネギ塩炒め レンコンサラダ わかめスープ		牛乳 サブレ	豚肉 チキンスープ 牛乳	玉ねぎ・キャベツ 人参・白ねぎ レンコン・コーン わかめ	米・みりん・塩ラーメンスープ ごま油・酒・ごまだれ 小麦粉 有塩バター・三温糖
3	木	牛乳 バナナ	ご飯 鶏の照り焼き 小松菜の和え物 揚げの味噌汁		牛乳 オレンジゼリー	鶏肉 揚げ 味噌 牛乳	小松菜 人参 玉ねぎ	米・三温糖 みりん・酒・なたね油 オレンジジュース ゼラチン・寒天
4	金	牛乳 ぱりんこ	ご飯 白身魚の味噌焼き ブロッコリーのおかか和え 麩のすまし汁		牛乳 パウンドケーキ	ホキ・味噌 かつお節 牛乳 鶏卵	しょうが・ブロッコリー 人参 玉ねぎ ねぎ	米・みりん・片栗粉 三温糖・おつゆ麩 小麦粉 マーガリン
5	土	牛乳 ハイハイ	ご飯 肉じゃが インゲンの和え物 なめこの味噌汁		お茶 ぱりんこ	牛肉 味噌	人参・玉ねぎ 絹さや・インゲン なめこ ねぎ	米・じゃが芋・なたね油 三温糖・みりん 上白糖 ぱりんこ
7	月	牛乳 たべっ子ペイビー	牛そぼろ丼 小松菜のごま和え 麩の味噌汁		牛乳 スイートポテト	牛ミンチ 味噌 牛乳 鶏卵	玉ねぎ 人参 小松菜 ねぎ	米・上白糖・みりん 片栗粉・なたね油・三温糖・ごま おつゆ麩・さつま芋 有塩バター
8	火	牛乳 りんご	五目野菜そば ひじき煮 バナナ		お茶 たぬきおにぎり	豚肉 チキンスープ 揚げ	人参・ピーマン・キャベツ・椎茸 もやし・ひじき・インゲン バナナ ねぎ	中華そば・なたね油 ごま油・三温糖 みりん・米 天かす
9	水	牛乳 星たべよ	ご飯 鶏肉のかりん揚げ 春雨の和え物 しめじのすまし汁		牛乳 りんご蒸しパン	鶏肉 牛乳	チンゲン菜・人参 コーン・しめじ 玉ねぎ・みつば りんご	米・片栗粉 植物油・みりん 三温糖・春雨 ホットケーキミックス
10	木	牛乳 とろべー	ご飯 鮭のマヨネーズ焼き ほうれん草のお浸し 厚揚げの味噌汁		牛乳 マフィン	鮭・かまぼこ 厚揚げ 味噌 牛乳	玉ねぎ・ほうれん草 わかめ 干しぶどう	米・マヨネーズ 三温糖・マーガリン 上白糖 ホットケーキミックス
11	金	牛乳 味しらべ	カレーライス キャベツのサラダ オレンジ		牛乳 ふのラスク	牛肉 ツナ 牛乳	玉ねぎ・人参 福神漬け キャベツ オレンジ	米・じゃが芋・カレールー なたね油・マヨネーズ おつゆ麩 マーガリン・グラニュー糖
12	土	牛乳 ペビーせんべい	チャーハン ウインナー 大根サラダ 中華スープ		お茶 ぼたぼた焼き	ウインナー チキンスープ	人参・玉ねぎ・ねぎ・コーン 大根・パプリカ えのき わかめ	米 なたね油 和風ドレッシング ぼたぼた焼
14	月	牛乳 かぼちゃぼーる	ご飯 チンジャオロース チンゲン菜の和え物 豆腐のスープ		お茶 チヂミ	牛肉 絹ごし豆腐 チキンスープ 豚ミンチ	玉ねぎ・人参・たけのこ・ピーマン パプリカ・チンゲン菜 コーン わかめ・にら	米・なたね油 三温糖・酒 ごま油・上白糖 小麦粉・酢
15	火	牛乳 ほうれん草りんぐ	ご飯 白身魚の竜田揚げ がんもの煮物 かぼちゃの味噌汁		牛乳 ジャムクラッカーサンド	ホキ がんも 味噌 牛乳	しょうが・人参 インゲン・かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ	米・酒・みりん 三温糖・片栗粉 なたね油・上白糖 ルヴァン・いちごジャム
16	水	牛乳 ぱりんこ	みそラーメン 餃子 パン缶		お茶 菜飯おにぎり	豚肉 チキンスープ 味噌 ギョーザ	もやし・キャベツ 人参・にら パン缶 菜飯の素	中華そば・ごま油 酒 みりん 米
17	木	牛乳 バナナ	炊き込みご飯 ちくわの磯辺揚げ ほうれん草のすまし汁		牛乳 りんごゼリー	揚げ 鶏肉 ちくわ 牛乳	干し椎茸・人参 青のり ほうれん草 玉ねぎ	米・みりん・酒 小麦粉 なたね油 アップルジュース・寒天・三温糖
18	金	牛乳 满月ボン	ピラフ ミートボール ブロッコリーのサラダ コンソメスープ		牛乳 ツナマヨトースト	コンソメ・鶏ミンチ ミートボール 牛乳 ツナ	人参・玉ねぎ ピーマン・ブロッコリー コーン パセリ	米・なたね油 青じそドレッシング 食パン マヨネーズ
19	土	牛乳 ハイハイ	てりやき丼 インゲンのツナ和え じゃが芋の味噌汁		お茶 醤油せんべい	鶏肉 ツナ 味噌	ねぎ インゲン 人参 玉ねぎ	米・上白糖 みりん じゃが芋 醤油せんべい
21	月	牛乳 味しらべ	ご飯 豚肉の生姜焼き ブロッコリーの和え物 さつま芋の味噌汁		牛乳 ドーナツ	豚肉 味噌 牛乳	玉ねぎ 人参 しょうが ブロッコリー	米・三温糖 みりん・なたね油 上白糖・さつま芋 ドーナツ
22	火	牛乳 たべっ子ペイビー	ロールパン ミートボールシチュー ほうれん草のソテー バナナ		牛乳 マカロニきな粉	ミートボール コンソメ 牛乳 きな粉	人参・玉ねぎ ブロッコリー ほうれん草 コーン・バナナ	ロールパン・じゃが芋・なたね油 ビーフシチュールー マカロニ 上白糖
23	水	牛乳 りんご	焼肉丼 ナムル かきたまスープ		牛乳 ココアケーキ	牛肉 鶏卵 チキンスープ 牛乳	玉ねぎ・キャベツ ピーマン・人参 チンゲン菜 わかめ	米・焼肉のたれ・ごま油 三温糖・ホットケーキミックス マーガリン ココア・上白糖
24	木	牛乳 とろべー	ご飯 鶏の唐揚げ インゲンのマヨサラダ コンソメスープ		牛乳 プリン	鶏肉 コンソメ 牛乳	インゲン・人参 コーン・玉ねぎ かぼちゃ	米・酒・小麦粉・片栗粉 植物油・マヨネーズ プリンミックス メープルシロップ
25	金	牛乳 星たべよ	ご飯 白身魚のタルタル焼き 切干大根の煮物 小松菜のすまし汁		牛乳 レーズン蒸しパン	たら さつま揚げ 牛乳	玉ねぎ・切干大根 人参 小松菜 干しぶどう	米 タルタルソース 三温糖 ホットケーキミックス
26	土	牛乳 ペビーせんべい	味噌煮込みうどん じゃが芋の煮物 みかん缶		お茶 ぱりんこ	鶏肉 味噌	しめじ・白菜 人参 ねぎ みかん缶	細うどん・三温糖 みりん じゃが芋 ぱりんこ
28	月	牛乳 かぼちゃぼーる	ご飯 豚肉と野菜のケチャップ煮 ブロッコリーのサラダ 豆腐の味噌汁		お茶 ジャムヨーグルト	豚肉・チキンスープ かにかま・絹ごし豆腐 味噌 ヨーグルト	人参・玉ねぎ・しめじ・ピーマン ケチャップ・トマト缶 ブロッコリー わかめ	米 みりん・和風ドレッシング いちごジャム 上白糖
29	火	牛乳 满月ボン	ご飯 コロッケ キャベツのサラダ コンソメスープ		牛乳 抹茶クッキー	コロッケ コンソメ 牛乳 スキム	キャベツ・インゲン 人参 大根 玉ねぎ	米・ウスターソース・植物油 青じそドレッシング 小麦粉・グリーンティ 三温糖・有塩バター
30	水	牛乳 ぱりんこ	冷麺 さつま芋の甘煮 オレンジ		お茶 夕焼けおにぎり	ささみ 錦糸玉子 ハム	きゅうり・もやし オレンジ 人参 ねぎ	中華そば・ごまだれ さつま芋・三温糖 みりん 米



# 6月給食献立表 完了期 12ヶ月～18ヶ月

2021年 天宗東住吉園  
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食		3時のおやつ	材 料 名		
			完了期			赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	火	牛乳 满月ボン	けんちんうどん かぼちゃの煮物 青りんごゼリー		お茶 昆布おにぎり	鶏肉	ごぼう・大根・人参 ねぎ・しょうが かぼちゃ・絹さや 塩昆布	細うどん・里芋・白糖 みりん・三温糖 青りんごゼリー
2	水	牛乳 ほうれん草りんぐ	ご飯 ネギ塩豚炒め レンコンサラダ わかめスープ		牛乳 サブレ	豚肉 チキンスープ 牛乳	玉ねぎ・キャベツ 人参・白ねぎ レンコン・コーン わかめ	米・みりん・塩ラーメンスープ ごま油・酒・ごまだれ 小麦粉 有塩バター・三温糖
3	木	牛乳 バナナ	ご飯 鶏の照り焼き 小松菜の和え物 味噌汁		牛乳 オレンジゼリー	鶏肉 味噌 牛乳	小松菜 人参 玉ねぎ	米・三温糖 みりん・酒・なたね油 オレンジジュース ゼラチン・寒天
4	金	牛乳 ぱりんこ	ご飯 白身魚の味噌焼き ブロッコリーのおかか和え 麩のすまし汁		牛乳 パウンドケーキ	ホキ・味噌 かつお節 牛乳 鶏卵	しょうが・ブロッコリー 人参 玉ねぎ ねぎ	米・みりん・片栗粉 三温糖・おつゆ麩 小麦粉 マーガリン
5	土	牛乳 ハイハイ	ご飯 肉じゃが インゲンの和え物 なめこの味噌汁		お茶 ぱりんこ	牛肉 味噌	人参・玉ねぎ 絹さや・インゲン なめこ ねぎ	米・じゃが芋・なたね油 三温糖・みりん 上白糖 ぱりんこ
7	月	牛乳 たべっ子ペイビー	牛そぼろ丼 小松菜のごま和え 麩の味噌汁		牛乳 スイートポテト	牛ミンチ 味噌 牛乳 鶏卵	玉ねぎ 人参 小松菜 ねぎ	米・上白糖・みりん 片栗粉・なたね油・三温糖・ごま おつゆ麩・さつま芋 有塩バター
8	火	牛乳 りんご	五目野菜そば ひじき煮 バナナ		お茶 菜飯おにぎり	豚肉 チキンスープ	人参・ピーマン・キャベツ・椎茸 もやし・ひじき・インゲン バナナ ねぎ・菜飯の素	中華そば・なたね油 ごま油・三温糖 みりん・米
9	水	牛乳 星たべよ	ご飯 鶏肉の照り焼き 春雨の和え物 しめじのすまし汁		牛乳 りんご蒸しパン	鶏肉 牛乳	チンゲン菜・人参 コーン・しめじ 玉ねぎ・みつば りんご	米 みりん 三温糖・春雨 ホットケーキミックス
10	木	牛乳 とろべー	ご飯 鮭のマヨネーズ焼き ほうれん草のお浸し 味噌汁		牛乳 マフィン	鮭 味噌 牛乳	玉ねぎ・ほうれん草 わかめ 干しぶどう	米・マヨネーズ 三温糖・マーガリン 上白糖 ホットケーキミックス
11	金	牛乳 味しらべ	カレーライス キャベツのサラダ オレンジ		牛乳 ふのラスク	牛肉 ツナ 牛乳	玉ねぎ・人参 福神漬け キャベツ オレンジ	米・じゃが芋・カレールー なたね油・マヨネーズ おつゆ麩 マーガリン・グラニュー糖
12	土	牛乳 ベビーせんべい	チャーハン ウインナー 大根サラダ 中華スープ		お茶 ぼたぼた焼き	ウインナー チキンスープ	人参・玉ねぎ・ねぎ・コーン 大根・パプリカ えのき わかめ	米 なたね油 和風ドレッシング ぼたぼた焼
14	月	牛乳 かぼちゃぼーる	ご飯 チンジャオロース チンゲン菜の和え物 豆腐のスープ		お茶 チヂミ	牛肉 絹ごし豆腐 チキンスープ 豚ミンチ	玉ねぎ・人参・たけのこ・ピーマン パプリカ・チンゲン菜 コーン わかめ・にら	米・なたね油 三温糖・酒 ごま油・上白糖 小麦粉・酢
15	火	牛乳 ほうれん草りんぐ	ご飯 白身魚の煮付け がんもの煮物 かぼちゃの味噌汁		牛乳 ジャムクラッカーサンド	ホキ がんも 味噌 牛乳	しょうが・人参 インゲン・かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ	米・酒・みりん 三温糖・片栗粉 なたね油・上白糖 ルヴァン・いちごジャム
16	水	牛乳 ぱりんこ	みそラーメン 餃子 パン缶		お茶 菜飯おにぎり	豚肉 チキンスープ 味噌 ギョーザ	もやし・キャベツ 人参・にら パン缶 菜飯の素	中華そば・ごま油 酒 みりん 米
17	木	牛乳 バナナ	炊き込みご飯 ささみの磯辺焼き ほうれん草のすまし汁		牛乳 りんごゼリー	鶏肉 ささみ 牛乳	干し椎茸・人参 青のり ほうれん草 玉ねぎ	米・みりん・酒 小麦粉 なたね油 アップルジュース・寒天・三温糖
18	金	牛乳 满月ボン	ピラフ ミートボール ブロッコリーのサラダ コンソメスープ		牛乳 ツナマヨトースト	コンソメ・鶏ミンチ ミートボール 牛乳 ツナ	人参・玉ねぎ ピーマン・ブロッコリー コーン パセリ	米・なたね油 青じそドレッシング 食パン マヨネーズ
19	土	牛乳 ハイハイ	てりやき丼 インゲンのツナ和え じゃが芋の味噌汁		お茶 醤油せんべい	鶏肉 ツナ 味噌	ねぎ インゲン 人参 玉ねぎ	米・上白糖 みりん じゃが芋 醤油せんべい
21	月	牛乳 味しらべ	ご飯 豚肉の生姜焼き ブロッコリーの和え物 さつま芋の味噌汁		牛乳 蒸しパン	豚肉 味噌 牛乳	玉ねぎ 人参 しょうが ブロッコリー	米・三温糖 みりん・なたね油 上白糖・さつま芋 小麦粉
22	火	牛乳 たべっ子ペイビー	ロールパン ミートボールシチュー ほうれん草のソテー バナナ		牛乳 マカロニきな粉	ミートボール コンソメ 牛乳 きな粉	人参・玉ねぎ ブロッコリー ほうれん草 コーン・バナナ 上白糖	ロールパン・じゃが芋・なたね油 ビーフシチュールー マカロニ 上白糖
23	水	牛乳 りんご	焼肉丼 ナムル かきたまスープ		牛乳 ココアケーキ	牛肉 鶏卵 チキンスープ 牛乳	玉ねぎ・キャベツ ピーマン・人参 チンゲン菜 わかめ	米・焼肉のたれ・ごま油 三温糖・ホットケーキミックス マーガリン ココア・上白糖
24	木	牛乳 とろべー	ご飯 鶏肉の塩焼き インゲンのマヨサラダ コンソメスープ		牛乳 プリン	鶏肉 コンソメ 牛乳	インゲン・人参 コーン・玉ねぎ かぼちゃ	米 マヨネーズ プリンミックス メープルシロップ
25	金	牛乳 星たべよ	ご飯 白身魚のタルタル焼き 切干大根の煮物 小松菜のすまし汁		牛乳 レーズン蒸しパン	たら 牛乳	玉ねぎ・切干大根 人参 小松菜 干しぶどう	米 タルタルソース 三温糖 ホットケーキミックス
26	土	牛乳 ベビーせんべい	味噌煮込みうどん じゃが芋の煮物 みかん缶		お茶 ぱりんこ	鶏肉 味噌	しめじ・白菜 人参 ねぎ みかん缶	細うどん・三温糖 みりん じゃが芋 ぱりんこ
28	月	牛乳 かぼちゃぼーる	ご飯 豚肉と野菜のケチャップ煮 ブロッコリーのサラダ 豆腐の味噌汁		お茶 ジャムヨーグルト	豚肉・チキンスープ 絹ごし豆腐 味噌 ヨーグルト	人参・玉ねぎ・しめじ・ピーマン ケチャップ・トマト缶 ブロッコリー わかめ	米 みりん・和風ドレッシング いちごジャム 上白糖
29	火	牛乳 满月ボン	ご飯 鶏の照り焼き キャベツのサラダ コンソメスープ		牛乳 抹茶クッキー	鶏肉 コンソメ 牛乳 スキム	キャベツ・インゲン 人参 大根 玉ねぎ	米 青じそドレッシング 小麦粉・グリーンティ 三温糖・有塩バター
30	水	牛乳 ぱりんこ	冷麺 さつま芋の甘煮 オレンジ		お茶 夕焼けおにぎり	ささみ 錦糸玉子 ハム	きゅうり・もやし オレンジ 人参 ねぎ	中華そば・ごまだれ さつま芋・三温糖 みりん 米



# 6月給食献立表 後期 9ヶ月～11ヶ月

2021年 天宗東住吉園  
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食		3時のおやつ	材 料 名		
			後期			赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	火	さつまいもぼーる	煮込みうどん かぼちゃの煮物 バナナ		人参粥	ささみ	大根 人参 かぼちゃ バナナ	細うどん・里芋 三温糖
2	水	ほうれん草りんぐ	5倍粥又は軟飯 豆腐と野菜の煮物 キャベツの和え物 スープ		蒸しパン	絹ごし豆腐	玉ねぎ・キャベツ 人参	米 三温糖 小麦粉
3	木	バナナ	5倍粥又は軟飯 鶏の照り焼き ほうれん草の和え物 味噌汁		とうもろこしぼーる	鶏肉 味噌	ほうれん草 人参 玉ねぎ	米 三温糖
4	金	トマトりんぐ	5倍粥又は軟飯 白身魚の煮付け ブロッコリーの和え物 すまし汁		ふかし芋	ホキ	ブロッコリー 人参 玉ねぎ	米 三温糖 さつま芋
5	土	ハイハイ	5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 じゃが芋の煮物 味噌汁		かぼちゃぼーる	鶏ミンチ 味噌	人参 玉ねぎ	米・じゃが芋 三温糖
7	月	ほうれん草りんぐ	5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 ブロッコリーの和え物 味噌汁		ふかし芋	牛ミンチ 味噌	玉ねぎ 人参 ブロッコリー	米 三温糖 さつま芋
8	火	さつまいもぼーる	煮込みそうめん キャベツの和え物 バナナ		人参粥	ささみ	人参・玉ねぎ キャベツ バナナ	そうめん 三温糖 米
9	水	ハイハイ	5倍粥又は軟飯 鶏肉の照り焼き じゃが芋の煮物 すまし汁		蒸しパン	鶏肉	人参 玉ねぎ	米 三温糖 じゃが芋 小麦粉
10	木	トマトりんぐ	5倍粥又は軟飯 白身魚の煮付け ほうれん草の和え物 味噌汁		かぼちゃぼーる	ホキ 味噌	玉ねぎ ほうれん草 人参	米 三温糖
11	金	とうもろこしぼーる	5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 キャベツの和え物 スープ		バナナ	鶏ミンチ	玉ねぎ 人参 キャベツ バナナ	米 じゃが芋 三温糖
12	土	ベビーせんべい	5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 大根の和え物 スープ		さつまいもぼーる	ささみ	人参・玉ねぎ 大根	米 三温糖
14	月	かぼちゃぼーる	5倍粥又は軟飯 豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 スープ		蒸しパン	絹ごし豆腐	玉ねぎ 人参	米 三温糖 じゃが芋 小麦粉
15	火	ほうれん草りんぐ	5倍粥又は軟飯 白身魚の煮付け かぼちゃの煮物 味噌汁		ハイハイ	ホキ 味噌	人参 かぼちゃ 玉ねぎ	米 三温糖
16	水	とうもろこしぼーる	煮込みそうめん キャベツの和え物 バナナ		人参粥	鶏ミンチ	キャベツ 人参 玉ねぎ バナナ	そうめん 三温糖 米
17	木	バナナ	5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 ほうれん草の和え物 すまし汁		トマトりんぐ	ささみ	人参 玉ねぎ ほうれん草	米 三温糖
18	金	さつまいもぼーる	5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 ブロッコリーの和え物 スープ		こふき芋	鶏ミンチ	人参・玉ねぎ ブロッコリー	米 三温糖 じゃが芋
19	土	ハイハイ	5倍粥又は軟飯 鶏肉と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 味噌汁		ほうれん草りんぐ	鶏肉 味噌	玉ねぎ 人参	米 三温糖 じゃが芋
21	月	かぼちゃぼーる	5倍粥又は軟飯 豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーの和え物 味噌汁		蒸しパン	絹ごし豆腐 味噌	玉ねぎ 人参 ブロッコリー	米 三温糖 さつま芋 小麦粉
22	火	ベビーせんべい	5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 ほうれん草の和え物 スープ		さつまいもぼーる	ささみ	人参・玉ねぎ ブロッコリー ほうれん草	米 三温糖
23	水	とうもろこしぼーる	5倍粥又は軟飯 豆腐と野菜の煮物 キャベツの和え物 スープ		バナナ	絹ごし豆腐	玉ねぎ 人参 キャベツ バナナ	米 三温糖
24	木	トマトりんぐ	5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 かぼちゃの煮物 スープ		ハイハイ	ささみ	人参 玉ねぎ かぼちゃ	米 三温糖
25	金	さつまいもぼーる	5倍粥又は軟飯 白身魚の煮物 ブロッコリーの和え物 すまし汁		蒸しパン	ホキ	玉ねぎ 人参 ブロッコリー	米 三温糖 小麦粉
26	土	ベビーせんべい	煮込みうどん じゃが芋の煮物 バナナ		ほうれん草りんぐ	ささみ	白菜 人参 玉ねぎ バナナ	細うどん 三温糖 じゃが芋
28	月	かぼちゃぼーる	5倍粥又は軟飯 豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーの和え物 味噌汁		トマトりんぐ	絹ごし豆腐 味噌	人参 玉ねぎ ブロッコリー	米 三温糖
29	火	とうもろこしぼーる	5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 キャベツの和え物 スープ		こふき芋	鶏ミンチ	キャベツ 人参 大根 玉ねぎ	米 三温糖 じゃが芋
30	水	ほうれん草りんぐ	煮込みそうめん さつま芋の煮物 バナナ		人参粥	ささみ	玉ねぎ 人参 バナナ	そうめん さつま芋 三温糖 米



## 6月給食献立表 中期 7~8ヶ月

2021年 天宗東住吉園  
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食			材料名		
			中期	3時のおやつ	赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる	
1	火	さつまいもぼーる	煮込みうどん かぼちゃの煮物 バナナ	人参粥	ささみ	大根 人参 かぼちゃ バナナ	細うどん・里芋 三温糖	
2	水	ほうれん草りんぐ	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 キャベツの刻みと和え スープ	蒸しパン	絹ごし豆腐	玉ねぎ・キャベツ 人参	米 三温糖 小麦粉	
3	木	バナナ	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 ほうれん草の刻みと和え すまし汁	とうもろこしぼーる	絹ごし豆腐	ほうれん草 人参 玉ねぎ	米 三温糖	
4	金	トマトりんぐ	7倍粥 白身魚の煮付け ブロッコリーの刻みと和え すまし汁	ふかし芋	ホキ	ブロッコリー 人参 玉ねぎ	米 三温糖 さつま芋	
5	土	ハイハイ	7倍粥 野菜のそぼろ煮 じゃが芋の煮物 すまし汁	かぼちゃぼーる	鶏ミンチ	人参 玉ねぎ	米・じゃが芋 三温糖	
7	月	ほうれん草りんぐ	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーの刻みと和え すまし汁	ふかし芋	絹ごし豆腐	玉ねぎ 人参 ブロッコリー	米 三温糖 さつま芋	
8	火	さつまいもぼーる	煮込みそうめん キャベツの刻みと和え バナナ	人参粥	ささみ	人参・玉ねぎ キャベツ バナナ	そうめん 三温糖 米	
9	水	ハイハイ	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 すまし汁	蒸しパン	絹ごし豆腐	人参 玉ねぎ	米 三温糖 じゃが芋 小麦粉	
10	木	トマトりんぐ	7倍粥 白身魚の煮付け ほうれん草の刻みと和え すまし汁	かぼちゃぼーる	ホキ	玉ねぎ ほうれん草 人参	米 三温糖	
11	金	とうもろこしぼーる	7倍粥 野菜のそぼろ煮 キャベツの刻みと和え スープ	バナナ	鶏ミンチ	玉ねぎ 人参 キャベツ バナナ	米 じゃが芋 三温糖	
12	土	ベビーせんべい	7倍粥 ささみと野菜の煮物 大根の刻みと和え スープ	さつまいもぼーる	ささみ	人参・玉ねぎ 大根	米 三温糖	
14	月	かぼちゃぼーる	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 スープ	蒸しパン	絹ごし豆腐	玉ねぎ 人参	米 三温糖 じゃが芋 小麦粉	
15	火	ほうれん草りんぐ	7倍粥 白身魚の煮付け かぼちゃの煮物 すまし汁	ハイハイ	ホキ	人参 かぼちゃ 玉ねぎ	米 三温糖	
16	水	とうもろこしぼーる	煮込みそうめん キャベツの刻みと和え バナナ	人参粥	鶏ミンチ	キャベツ 人参 玉ねぎ バナナ	そうめん 三温糖 米	
17	木	バナナ	7倍粥 ささみと野菜の煮物 ほうれん草の刻みと和え すまし汁	トマトりんぐ	ささみ	人参 玉ねぎ ほうれん草	米 三温糖	
18	金	さつまいもぼーる	7倍粥 野菜のそぼろ煮 ブロッコリーの刻みと和え スープ	こふき芋	鶏ミンチ	人参・玉ねぎ ブロッコリー	米 三温糖 じゃが芋	
19	土	ハイハイ	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 すまし汁	ほうれん草りんぐ	絹ごし豆腐	玉ねぎ 人参	米 三温糖 じゃが芋	
21	月	かぼちゃぼーる	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーの和え物 すまし汁	蒸しパン	絹ごし豆腐	玉ねぎ 人参 ブロッコリー	米 三温糖 さつま芋 小麦粉	
22	火	ベビーせんべい	7倍粥 ささみと野菜の煮物 ほうれん草の刻みと和え スープ	さつまいもぼーる	ささみ	人参・玉ねぎ ブロッコリー ほうれん草	米 三温糖	
23	水	とうもろこしぼーる	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 キャベツの刻みと和え スープ	バナナ	絹ごし豆腐	玉ねぎ 人参 キャベツ バナナ	米 三温糖	
24	木	トマトりんぐ	7倍粥 ささみと野菜の煮物 かぼちゃの煮物 スープ	ハイハイ	ささみ	人参 玉ねぎ かぼちゃ	米 三温糖	
25	金	さつまいもぼーる	7倍粥 白身魚の煮物 ブロッコリーの刻みと和え すまし汁	蒸しパン	ホキ	玉ねぎ 人参 ブロッコリー	米 三温糖 小麦粉	
26	土	ベビーせんべい	煮込みうどん じゃが芋の煮物 バナナ	ほうれん草りんぐ	ささみ	白菜 人参 玉ねぎ バナナ	細うどん 三温糖 じゃが芋	
28	月	かぼちゃぼーる	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーの刻みと和え すまし汁	トマトりんぐ	絹ごし豆腐	人参 玉ねぎ ブロッコリー	米 三温糖	
29	火	とうもろこしぼーる	7倍粥 野菜のそぼろ煮 キャベツの刻みと和え スープ	こふき芋	鶏ミンチ	キャベツ 人参 大根 玉ねぎ	米 三温糖 じゃが芋	
30	水	ほうれん草りんぐ	煮込みそうめん さつま芋の煮物 バナナ	人参粥	ささみ	玉ねぎ 人参 バナナ	そうめん さつま芋 三温糖 米	



# 6月給食献立表 初期5~6ヶ月

2021年 天宗東住吉園  
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	昼食	材 料 名		
		初期	赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	火	うどんのくたくた煮 白身魚ペースト かぼちゃペースト	ホキ	かぼちゃ	うどん
2	水	お粥ペースト 豆腐ペースト キャベツペースト	絹ごし豆腐	キャベツ	米
3	木	お粥ペースト 豆腐ペースト ほうれん草ペースト	絹ごし豆腐	ほうれん草	米
4	金	お粥ペースト 白身魚ペースト ブロッコリーペースト	ホキ	ブロッコリー	米
5	土	お粥ペースト 白身魚ペースト 人参ペースト	ホキ	人参	米
7	月	お粥ペースト 豆腐ペースト ブロッコリーペースト	絹ごし豆腐	ブロッコリー	米
8	火	そうめんのくたくた煮 白身魚ペースト キャベツペースト	ホキ	キャベツ	そうめん
9	水	お粥ペースト 豆腐ペースト 人参ペースト	絹ごし豆腐	人参	米
10	木	お粥ペースト 白身魚ペースト ほうれん草ペースト	ホキ	ほうれん草	米
11	金	お粥ペースト 豆腐ペースト キャベツペースト	絹ごし豆腐	キャベツ	米
12	土	お粥ペースト 白身魚ペースト 大根ペースト	ホキ	大根	米
14	月	お粥ペースト 豆腐ペースト 人参ペースト	絹ごし豆腐	人参	米
15	火	お粥ペースト 白身魚ペースト かぼちゃペースト	ホキ	かぼちゃ	米
16	水	そうめんのくたくた煮 豆腐ペースト キャベツペースト	絹ごし豆腐	キャベツ	そうめん
17	木	お粥ペースト 白身魚ペースト ほうれん草ペースト	ホキ	ほうれん草	米
18	金	お粥ペースト 白身魚ペースト ブロッコリーペースト	ホキ	ブロッコリー	米
19	土	お粥ペースト 豆腐ペースト 人参ペースト	絹ごし豆腐	人参	米
21	月	お粥ペースト 豆腐ペースト ブロッコリーの和え物	絹ごし豆腐	ブロッコリー	米
22	火	お粥ペースト 白身魚ペースト ほうれん草ペースト	ホキ	ほうれん草	米
23	水	お粥ペースト 豆腐ペースト キャベツペースト	絹ごし豆腐	キャベツ	米
24	木	お粥ペースト 豆腐ペースト かぼちゃペースト	絹ごし豆腐	かぼちゃ	米
25	金	お粥ペースト 白身魚ペースト ブロッコリーペースト	ホキ	ブロッコリー	米
26	土	うどんのくたくた煮 白身魚ペースト 人参ペースト	ホキ	人参	うどん
28	月	お粥ペースト 豆腐ペースト ブロッコリーペースト	絹ごし豆腐	ブロッコリー	米
29	火	お粥ペースト 白身魚ペースト キャベツペースト	ホキ	キャベツ	米
30	水	そうめんのくたくた煮 白身魚ペースト さつま芋ペースト	ホキ		米 さつま芋