


令和3年 6月献立表

ミルクたんぽぽ園

月	火	水	木	金	土
	1日 かつおの角煮 和え物 味噌汁 豆ごはん 牛乳 あじさい風ゼリー	2日 じゃがいもと鯖缶のアヒージョ風炒め サラダ スープ パン 果物 牛乳 マンゴープリン	3日 白身魚のポン酢和え 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 油揚げピザ	4日 かむかむ献立 筑前煮 酢の物 味噌汁 麦ご飯 牛乳 ラスク	5日 うどん おにぎり 果物 牛乳 クッキー
7日 高野豆腐のからあげ 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 フルーツヨーグルト	8日 春巻き 和え物 果物 スープ ご飯 牛乳 <small>(ふれあい保育 にじ)</small> きなこ棒	9日 ちくわの磯辺揚げ キャベツと鯖缶の甘辛煮 味噌汁 混ぜご飯 牛乳 <small>(ふれあい保育 ほし)</small> 大豆のカレー風味揚げ	10日 アジの南蛮漬け 五目豆 すまし汁 ゆかりご飯 牛乳 <small>(ふれあい保育 おひさま)</small> じゃがいもチヂミ	11日 鶏の香草焼き 和風スパサラ 鯖缶のカレースープ パン 果物 牛乳 おにぎり	12日 鯖のそぼろ丼 和え物 味噌汁 果物 牛乳 ゼリー
14日 鯖の味噌煮 和え物 すまし汁 麦ご飯 果物 牛乳 おさつスティック	15日 肉豆腐 和え物 すまし汁 ご飯 牛乳 ごまあん春巻き	16日 ゴロっと野菜のキーマカレー サラダ 果物 牛乳 りんごの蒸しパン	17日 鶏天 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 豆腐のパンケーキ	18日 じゃがものそぼろ煮 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 お好み焼き風せんべい	19日 ハヤシライス サラダ 果物 牛乳 チーズ
21日 夏至献立 鱧の天ぷら 酢の物 味噌汁 たこめし 牛乳 若鮎風	22日 ごった煮 和え物 味噌汁 あさりの炊き込みご飯 牛乳 おにぎり	23日 からあげ サラダ スープ パン 果物 牛乳 フルーツ豆乳 誕生日ケーキ	24日 麩チャンプルー 人参しりしり アーサー汁 炊き込みご飯 牛乳 サーターアングギー	25日 鯖の竜田のネギレモン 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 スティック豆腐の磯辺焼き	26日 サンドイッチ サラダ スープ 果物 牛乳 おにぎり
28日 ジャーマンオムレツ サラダ スープ パン 果物 牛乳 おにぎり	29日 いわしのかば焼き 卵の花 味噌汁 ご飯 牛乳 じゃがいもドーナツ	30日 キャベツと豆腐のふわふわ揚げ 酢の物 すまし汁 ご飯 牛乳 水無月			

※都合によりメニューが変更になる場合があります。

★4日 虫歯予防デー : 6/4~6/10は歯と口の健康週間。6/4は、この日にちなんで、よく噛む食材を盛り込んだ献立になっています。しっかり噛んで歯を丈夫に！！

★21日 夏至 : 二十四節気の一つで、1年で最も昼の時間が長くなる日。この日を過ぎると本格的な夏が始まることを意味し、冬至にかぼちゃを食べるように夏至にも何かを食べる習慣がある。地方によってさまざまだが、関西ではタコの八本足のようにイネが深く根を張ることを祈願してタコを食べる。

★23日 沖縄慰霊の日 : 1945年6月23日に沖縄戦の組織的戦闘が終結したことにちなんだ記念日。沖縄県では、国の機関以外の役所・学校等は休みとなる。

★30日 : 京都名産、関西地方の和菓子。神事、夏越の祓のお菓子。夏バテ予防の風習から来ています。三角形の形は氷の角を表し、小豆は邪気払いや悪魔祓いという意味でのせられています。旬の食材☆アスパラガス・いんげん・なす・ピーマン・さやえんどう・まぐろ・さくらんぼ・夏ミカン・メロン

