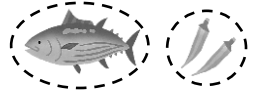




2023年 6月度 段上幼稚園メニュー

今月の旬の食材は
6/5(月) かつおカツタルソースと
6/14(水) オクラ入りツナサラダです。
★の日はお楽しみメニュー



<アレルギー表示 ●卵(→アレルギー対応方法) > *そばの入った食材は使用していません。
*ちくわ・ウインナーは卵・乳成分が含まれていない製品を使用しております

日	曜日	献立名	材 料				食器
			黄◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	その他	
2	金	味噌ラーメン 春巻 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	ラーメン・油 油	豚肉・合わせみそ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・キャベツ・小松菜・にんにく・しょうが 春巻 バナナ	醤油・丸鶏がらスープ・塩 麦茶	丼 小皿
5	月	かつおカツタルソース 切干大根サラダ 麦入りごはん 具だくさんスープ 牛乳・いりこ	油・マヨネーズタイプ(卵不使用)・砂糖 砂糖・調合ごま油 米(国産)・押麦 さつま芋	カツオカツ 牛乳・いりこ	しば漬・ドライパセリ 切干大根・人参・さやいんげん・白菜 玉ねぎ・コーン・わかめ	酢・塩 醤油・酢・本みりん チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
7	水	焼チキン南蛮 昆布イリチー 麦入りごはん 味噌汁 牛乳・いりこ	でん粉・油・砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油・砂糖 米(国産)・押麦 おつゆ麩	鶏肉 油揚げ 合わせみそ 牛乳・いりこ	にんにく・玉ねぎ・きゅうり 細切昆布・切干大根・ 干しいたけ・人参・さやいんげん 小松菜	塩・料理酒・酢・醤油 醤油・本みりん・だし だし 麦茶	絵皿 椀
9	金	麻婆丼 ナムル わかめスープ フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 白ごま・砂糖・調合ごま油	豆腐・豚ひき肉・みそ 牛乳・いりこ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・グリーンピース 緑豆もやし・人参・さやいんげん・にんにく わかめ・白菜 オレンジ	醤油・料理酒・丸鶏がらスープ 醤油・塩 丸鶏がらスープ 麦茶	丼 小皿 椀
12	月	チキンパン粉焼 ポテトサラダ 麦入りごはん 具だくさんスープ 牛乳・かみかみこんぶ	油・砂糖 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	チキンのパン粉焼(バジル) 牛乳	きゅうり・人参・玉ねぎ ブロッコリー・白菜・コーン・小松菜 かみかみこんぶ	トマトケチャップ 塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
14	水	カレーライス オクラ入りツナサラダ オレンジかん 牛乳・いりこ	米(国産)・じゃが芋・油 玉ねぎドレッシング 砂糖	牛肉 ツナフレーク 牛乳・いりこ	にんにく・しょうが・玉ねぎ・人参 オクラ・コーン・キャベツ 寒天・オレンジジュース	カレーフレーク・トマトケチャップ・ウスターソース 麦茶	絵皿 小皿
16	金	豚五目うどん ちくわの磯辺揚 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	うどん 小麦粉・油	豚肉 ちくわ 牛乳・いりこ	白菜・えのきたけ・人参・ほうれん草 あおさのり バナナ	だし・白だし 麦茶	丼 小皿
19	月	ミートボールバーベキュー風 マゼドアンサラダ ロールパン 豆乳スープ 牛乳・いりこ	油・砂糖 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) ロールパン でん粉	チキンボール ウインナー 豆乳 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ コーン・ブロッコリー	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 チキンコンソメ	絵皿 椀
21	水	サバの塩こうじ焼 いんげん豆ともやしのお浸し 麦入りごはん 豚汁 牛乳・いりこ	油 米(国産)・押麦	さば 豚肉・油揚げ・合わせみそ 牛乳・いりこ	さやいんげん・緑豆もやし・人参 白菜・わかめ・玉ねぎ	塩こうじ 醤油・本みりん・だし だし 麦茶	絵皿 椀
23	金	スパゲティミートソース キャベツのサラダ 野菜コロッケ スープ 牛乳・いりこ	スパゲティ・オリーブ油・油・砂糖 砂糖・オリーブ油 野菜コロッケ・油	豚ひき肉・大豆ミンチ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・ドライパセリ キャベツ・人参・コーン 大根・小松菜	赤ワイン(料理用)・ トマトケチャップ・ ウスターソース・醤油・塩 酢・塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
★	28	マーマレードチキン マカロニサラダ 麦入りごはん スープ メロンゼリー 牛乳・いりこ	小麦粉・油・マーマレード マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦 メロンゼリー	鶏肉 ちくわ 牛乳・いりこ	しょうが きゅうり・人参 ブロッコリー・緑豆もやし	塩・醤油・本みりん 塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
30	金	焼豚チャーハン ちくわとわかめのサラダ 中華スープ フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	米(国産)・油 油・砂糖	焼豚・●卵そぼろ(→なし) ちくわ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・小松菜 わかめ・きゅうり・人参 白菜・ブロッコリー バナナ	減塩醤油ラーメンスープ・ 丸鶏がらスープ・塩 酢・醤油 丸鶏がらスープ 麦茶	絵皿 椀

★の日はお楽しみメニュー

*材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。

平均栄養価	エネルギー459Kcal	タンパク質16.4g
	脂質16.0g	カルシウム190mg

