

2024年 6月度 段上幼稚園メニュー（こじかクラブ）

平均栄養価

エネルギー452Kcal
たんぱく質15.7g
脂質15.1g
カルシウム189mg

<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。

今月の旬の食材は
6/5(水) オクラ入りツナサラダ
6/17(月) かつおカツタルソースです。



この日はクッキングメニューです。

6/12(水) 創立記念日のお祝いメニューです

★の日はお楽しみメニュー

*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 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◇ からだの骨子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	その他	
3月	ミートボールバーベキュー風 おさつサラダ ロールパン 貝だくさんスープ 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	チキンボール 	人参・玉ねぎ 大根・ほうれん草・コーン・わかめ	トマトケチャップ・ウスターソース 塩 チキンコンソメ 麦茶	給血 椀
5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	豚肉 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	給血 小皿 椀
6木	チキングリル もやしとわかめのサラダ 大根の洋風煮 ウインナーと野菜のソテー 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・油 玉ねぎドレッシング 油 米(国産)・押麦	鶏肉 ウインナー 牛乳・いりこ	緑豆もやし・人参・わかめ 大根・コーン ブロッコリー・玉ねぎ	塩・チキンコンソメ チキンコンソメ チキンコンソメ 麦茶	給血 椀
7金	マグロカツ マカロニサラダ 麦入りごはん スープ 牛乳・かみかみこんぶ	油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	まぐろカツ ちくわ 牛乳	玉ねぎ・人参・ドライパセリ 小松菜・白菜 かみかみこんぶ	中濃ソース 塩 チキンコンソメ 麦茶	給血 椀
10月	豚とキャベツの味噌炒め 和風サラダ かぼちゃの甘煮 麦入りごはん ミニゼリー 牛乳・いりこ・お茶	油 砂糖 米(国産)・押麦 一口ゼリー	みそだれ豚カルビ 牛乳・いりこ	キャベツ・人参・玉ねぎ 白菜・ブロッコリー かぼちゃ	醤油 青じそドレッシング 麦茶	給血 椀
★ 12水	★お祝いメニュー サケちらし寿司 白菜とほうれん草のお浸し 鶏肉の野菜巻 花麩のすまし汁 プリン 牛乳・いりこ	米(国産)・砂糖 花麩	さけほくし身・凍り豆腐 鶏肉の野菜巻 プリン(豆乳クリーム入り) 牛乳・いりこ	人参・さやいんげん・コーン 白菜・ほうれん草 わかめ・えのきたけ	酢・塩・醤油・本みりん・だし 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩 麦茶	給血 椀
14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 椀

日 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◇ からだの骨子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	その他	
17月	かつおカツタルソース 切干大根サラダ 麦入りごはん 貝だくさん味噌汁 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 	玉ねぎ・ドライパセリ 切干大根・人参・さやいんげん・白菜 わかめ	酢・塩 醤油・酢・本みりん だし	給血 椀
19水	セルフサンド ポテトフライ 貝だくさんスープ フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	食パン・マヨネーズタイプ(卵不使用)・油 ポテトフライ・油	ツナフレーク・ハムカツ 牛乳・いりこ	きゅうり・キャベツ あおさのり 玉ねぎ・人参・コーン・ほうれん草 バナナ	中濃ソース 塩 チキンコンソメ	給血 小皿 椀
21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・しめじ 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	給血 椀
24月	スバグティミートソース キャベツのサラダ 野菜クロック スープ 牛乳・いりこ	スバグティ・オリーブ油・油・砂糖 砂糖・オリーブ油 野菜クロック・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・ブロッコリー 大根・コーン	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	給血 椀
26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 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	給血 椀
27木	フライドチキン 大根サラダ ちくわとキャベツのソテー さつま芋の甘煮 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)・でん粉・油 油・砂糖 油 さつま芋・砂糖 米(国産)・押麦	鶏肉 ちくわ 牛乳・いりこ	にんにく・しょうが 大根・きゅうり・黄パプリカ キャベツ・ピーマン	塩・丸鶏がらスープ 酢・醤油 チキンコンソメ 麦茶	給血 小皿 椀
28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・合わせみそ 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・コーン 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