



2022年 6月度 阪急幼稚園メニュー



<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・ウィンナーは卵・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・薬類・くだもの類 | その他 | |
| 2 木 | アジの旨煮 ごぼうサラダ わかめごはん すまし汁 フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ | 砂糖 砂糖・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦 | あじ  牛乳・いりこ | しょうが ごぼう・人参・きゅうり・コーン わかめご飯の素 ほうれん草・えのきたけ オレンジ | ウスターソース・醤油・料理酒 だし・醤油・塩 だし・醤油・塩 | 絵皿 椀 |
| 6 月 | ミートボールパスタベキュー風 マセドアンサラダ ロールパン 豆乳スープ 牛乳・いりこ | 油・砂糖 さつまいも・マヨネースタイプ(卵不使用) ロールパン でん粉 | チキンボール ウィンナー 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 |
| 7 火 | 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・ マヨネースタイプ(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 | 絵皿 椀 |
| 9 木 | 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・鶏ひき肉・ 大豆ミンチ・合わせみそ 牛乳・いりこ | しょうが・玉ねぎ・ 干しいたけ・グリーンピース 緑豆もやし・人参・ さやいんげん・にんにく コーン・わかめ 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 | 丼 小皿 椀 |
| 14 火 | 味噌ラーメン 野菜春巻 フルーツ(オレンジ) 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  オレンジ | 醤油・丸鶏がらスープ・塩 | 丼 小皿 |
| 16 木 | スペイン風オムレツ しらすと大根のサラダ 菜飯ごはん スープ フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ | じゃが芋・油 米(国産)・押麦 | ●卵(→鶏肉)・低脂肪乳・ 粉チーズ・ウィンナー しらす 牛乳・いりこ | 玉ねぎ・人参 大根・オクラ 菜めしの素 ブロッコリー・キャベツ バナナ | 塩・チキンコンソメ・ トマトケチャップ 青じそドレッシング チキンコンソメ | 絵皿 椀 |
| 20 月 | かつおカツタルタルソース 切干大根サラダ ロールパン スープ 牛乳・いりこ | 油・マヨネースタイプ(卵不使用)・砂糖 砂糖・調合ごま油 ロールパン さつまいも | カツオカツ  牛乳・いりこ | 玉ねぎ・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 | 絵皿 椀 |
| ★ 21 火 | 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・マヨネースタイプ(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  | 絵皿 椀 |
| 23 木 | 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 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 玉ねぎドレッシング | 絵皿 椀 |
| 27 月 | チキンパン粉焼 ポテトサラダ 麦入りごはん 味噌汁 牛乳・いりこ | 油・砂糖 じゃが芋・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦 | チキンのパン粉焼(バジル) 油揚げ・合わせみそ 牛乳・いりこ | きゅうり・人参・玉ねぎ 白菜・小松菜・大根 | トマトケチャップ 塩 だし  | 絵皿 椀 |
| 28 火 | 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 | 丼 小皿 |
| 30 木 | 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 大根・わかめ・玉ねぎ | 塩こうじ 醤油・本みりん・だし だし | 絵皿 椀 |

*材料の割合により、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17.3g |
| | 脂質15.9g | カルシウム200mg |

