

# 城北幼稚園 6月献立表

ひにち	こんだて	赤(あか)	緑(みどり)	黄(き)	調味料 等
		おもに体をつくるものになる食品	おもに体の調子を整えるものになる食品	おもにエネルギーのものになる食品	
1(火)	とりのまーまれーどやき	味噌・鶏肉			マーマレード
	がんもとこんさいのもの みそしる	がんも 味噌	いんげん・人参・大根 季節の野菜	こんにゃく	
2(水)	まーぼーどうぶとん	味噌・大豆ミート・豆腐・豚肉	ねぎ・にら	片栗粉・ごま油	中華味・にんにく・生姜
	もやしなむる		青菜・人参・もやし・きくらげ	ごま油	中華味
	わかめすーぶ		わかめ・季節の野菜		中華味・こしょう
3(木)	なめしごはん		菜めし	胚芽米	
	あかうおのみそこうじやき	味噌・赤魚・味噌麹			
	にくじゃが みそしる	豚肉 味噌	人参・いんげん・玉葱 季節の野菜	じゃが芋・こんにゃく	
4(金)	とりのからあげ	鶏肉		片栗粉	にんにく・生姜
	きゃべつとコーンのかれーまよさらだ		ブロッコリー・人参・コーン・青菜	マヨドレ	こしょう・カレー粉
	みそしる	味噌	季節の野菜		
7(月)	てりやきちきん	鶏肉			生姜・にんにく
	ぶろっこりーのおかかあえ	鯉節	人参・ブロッコリー・切干大根		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
8(火)	さわらのかばやき	鯖		片栗粉	
	ごもくきんぴら	鶏肉・竹輪	いんげん・人参・牛蒡	こんにゃく・ごま油	
	みそしる	味噌	季節の野菜		
9(水)	手作り弁当の日				
10(木)	ちきんのとまとに	ひよこ豆・鶏肉	トマト缶・人参・しめじ・玉葱	片栗粉・じゃが芋	クチャップ・コンソメ・生姜・にんにく・こしょう
	やさいのつなあえ	ツナ	人参・青菜・切干大根		
	とうにゅうすーぶ	豆乳・味噌	季節の野菜		コンソメ
11(金)	さかなのやさいあんかけ	魚	青菜・人参・えのき・玉葱	片栗粉	
	ごもくまめ	鶏肉・大豆	人参・牛蒡・切り昆布	こんにゃく	
	みそしる	味噌	季節の野菜		
14(月)	さわらのごまみそやき	鯖・味噌		胡麻	
	はるさめちゅうかさらだ	ツナ	青菜・人参・きくらげ	春雨・ごま油	米酢
	すいもの		季節の野菜		
15(火)	ちきんかれーらいす	鶏肉	人参・玉葱	カレールー・じゃが芋	にんにく・コンソメ・生姜
	こーるすーさらだ		人参・ブロッコリー・青菜・コーン	マヨドレ	こしょう
	りんごかんてん		イナアガー・りんごジュース		
16(水)	はむろーるばん	ハムロールパン			
	ぼてとさらだ		人参・コーン・青菜	じゃが芋・マヨドレ	こしょう
	みねすとろーね	鶏肉	人参・トマト缶・玉葱・しめじ・青菜	マカロニ	こしょう・コンソメ・クチャップ
17(木)	さばのみそに	鯖・味噌			生姜
	こうやどうぶのにつけ	高野豆腐・鶏肉	人参・いんげん・大根		
	すいもの		季節の野菜		
18(金)	みーとすばげっていー	味噌・大豆ミート・豚肉	トマト缶・人参・玉葱	片栗粉・パスタ麺	にんにく・クチャップ・ソース・コンソメ
	ふらいどぼてと			じゃが芋	
	くだもの		バナナ		
21(月)	とりのおーらそーすやき	鶏肉		マヨドレ	にんにく・クチャップ
	きりほしだいこんのにつけ	油揚げ	いんげん・人参・切干大根		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
22(火)	さけのたるたるやき	鮭・味噌	人参・玉葱	マヨドレ	クチャップ
	あおなとこーんのあえもの		人参・切干大根・青菜・もやし・コーン		コンソメ
	みそしる	味噌	季節の野菜		
23(水)	ごもくごはん	鶏肉・油揚げ	人参・ひじき	胚芽米・こんにゃく	
	さばのしおやき	鯖			
	あつあげのそぼろに	鶏肉・厚揚げ	いんげん・人参・大根	片栗粉	
24(木)	のりしおからあげ	鶏肉	青粉	片栗粉	中華味
	からふるおひだし		青菜・人参・コーン・枝豆		コンソメ
	みそしる	味噌	季節の野菜		
25(金)	手作り弁当の日				
28(月)	さわらのいそべあげ	鯖	青粉	片栗粉	生姜
	きりほしだいこんとひじきのにつけ	油揚げ・鶏肉	人参・ひじき・いんげん・切干大根		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
29(火)	すどり	鶏肉	いんげん・人参・しめじ・玉葱	片栗粉	にんにく・生姜・クチャップ・米酢
	つなとだいこんのさらだ	ツナ	ブロッコリー・人参・大根	マヨドレ	こしょう
	みそしる	味噌	季節の野菜		
30(水)	はやしらいす	豚肉	トマト缶・トマトジュース・玉葱・人参	ハヤシルー	クチャップ・コンソメ
	やさいのごますあえ		人参・切干大根・青菜・もやし	胡麻	米酢
	ぶどうかんてん		イナアガー・ぶどうジュース		

※旬の食材を使用しておりますので、メニューが変更する場合がございます。ご了承いただくと幸いです。

※砂糖・みりん・酒・塩・醤油の表記は省略しております。

☆青菜は、キャベツ、白菜、小松菜、ほうれん草、水菜を含みます。

🍴🍷このマークの日はスプーンを持参してください。

※マヨドレ=卵を使用していないアレルギー対応のマヨネーズです。

☆魚は、ホキ・鯖・カレイのいずれかとなります。

※主食の表記が無い日は【胚芽米ごはん】となります。



おれんじや インスタあります!!

Instagram URL <https://www.instagram.com/orenjiyakusyoku/>  
おれんじや HPIにもリンクが貼ってあります♪ ぜひご覧ください。

