

かわい幼稚園 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)	とりのからあげ	鶏肉		片栗粉	にんにく・生姜		
	がんもとこんさいのもの みそしる★	がんも 味噌	人参・いんげん・大根 季節の野菜	こんにゃく			
	2(水)	まーぼーどうぶどん もやしのなむる わかめすーぶ	大豆ミート・味噌・豆腐・豚肉	ねぎ・にら 青菜・人参・もやし・きくらげ わかめ季節の野菜		片栗粉・ごま油 ごま油	中華味・にんにく・生姜 中華味 中華味・こしょう
3(木)		個人懇談会					
4(金)		個人懇談会					
7(月)	てりやきちきん	鶏肉			にんにく・生姜		
	ぶろっこりーのおかかあえ くだもの	鯉節	人参・ブロッコリー・切干大根 オレンジ				
	8(火)	さわらのかばやき ぼてとさらだ みそしる	鯖 味噌	人参・コーン・青菜 季節の野菜		片栗粉 マヨドレ・じゃが芋	こしょう
9(水)	にくみそどうぶ ごもくきんぴら すいもの	豚肉・味噌・豆腐・大豆ミート 竹輪・鶏肉	えのき・玉葱 いんげん・人参・牛蒡 季節の野菜	片栗粉 こんにゃく・ごま油			
	10(木)		誕生会				
	11(金)	ざっこくまい さかなのやさいあんかけ こうやどうぶのにつけ みそしる★	魚 高野豆腐・鶏肉 味噌	青菜・人参・えのき・玉葱 人参・いんげん・大根 季節の野菜	胚芽米・黒米 片栗粉		
14(月)		さわらのごまみそやき はるさめちゅうかさらだ すいもの	鯖・味噌 ツナ	人参・青菜・きくらげ 季節の野菜	胡麻 春雨・ごま油	米酢	
		15(火)	みーとすばげっていー こふきいも ぶどうかんてん	豚肉・味噌・大豆ミート	トマト缶・人参・玉葱 青粉 イナアガー・ぶどうジュース	片栗粉・米粉麵 じゃが芋	にんにく・ケチャップ・ソース・コンソメ
			16(水)	たんどりーちきん やさいのごますあえ みそしる	鶏肉・味噌麹 味噌	人参・青菜・もやし・切干大根 季節の野菜	胡麻
17(木)	さばのみそに あつあげのそぼろに すいもの★			味噌・鯖 鶏肉・厚揚げ	人参・いんげん・大根 季節の野菜	片栗粉	生姜
	18(金)	のりしおからあげ きゃべつとこーんのかれーまよさらだ みそしる		鶏肉 味噌	青粉 ブロッコリー・人参・青菜・コーン 季節の野菜	片栗粉 マヨドレ	中華味 こしょう・カレー粉
		21(月)	とりのおーろらそーすやき きりほしだいこんのにつけ みそしる	鶏肉 油揚げ 味噌	いんげん・人参・切干大根 季節の野菜	マヨドレ	ケチャップ・にんにく
22(火)			にんじんごはん さばのしおやき ごもくまめ みそしる	ツナ 鯖 大豆・鶏肉 味噌	人参 人参・牛蒡・切り昆布 季節の野菜	胚芽米 こんにゃく	
	23(水)		とりのまーまれーどやき からふるおひだし みそしる	鶏肉・味噌 味噌	人参・青菜・枝豆・コーン 季節の野菜		マーマレード コンソメ
		24(木)	なっとうばーぐ はるさめまよさらだ やさいびたみんぜりー	味噌・納豆・豆腐・鶏肉・豚肉 ツナ	人参・ねぎ・玉葱 人参・青菜・コーン 紫野菜ジュース・イナアガー	マヨドレ・春雨	生姜・にんにく こしょう
25(金)			はやしらいす ふらいどぼてと こんそめすーぶ	豚肉	トマト缶・トマトジュース・玉葱・人参 季節の野菜	ハヤシルー じゃが芋	コンソメ・ケチャップ こしょう・コンソメ
	28(月)		さわらのいそべあげ きりほしだいこんとひじきのにつけ みそしる	鯖 油揚げ・鶏肉 味噌	青粉 いんげん・ひじき・人参・切干大根 季節の野菜	片栗粉	生姜
		29(火)	すどり つなとだいこんのさらだ みそしる	鶏肉 ツナ 味噌	人参・いんげん・しめじ・玉葱 ブロッコリー・人参・大根 季節の野菜	片栗粉 マヨドレ	にんにく・生姜・ケチャップ・米酢 こしょう
30(水)			ちきんかれーらいす こーるすーさらだ くだもの	鶏肉	人参・玉葱 ブロッコリー・人参・コーン・青菜 バナナ	カレールー・じゃが芋 マヨドレ	コンソメ・生姜・にんにく こしょう

★の汁物には 大豆製品(豆腐 油揚げ など)が入る場合がございます。

※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、水菜をのみます。

🍴このマークの日はスプーンを持参してください。

※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。

※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/orenjyakusyoku/>
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。

