

吉根みどり幼稚園 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とになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	
2(水)	まーぼーどうぶどん	味噌・豚肉・豆腐・大豆ミート	にら・ねぎ	片栗粉・ごま油	中華味・生姜・にんにく
	もやしのかなむる		人参・青菜・きくらげ・もやし	ごま油	中華味
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		
9(水)	にくみそどうふ	豚肉・大豆ミート・豆腐・味噌	玉葱・えのき	片栗粉	
	ごもくきんぴら	竹輪・鶏肉	人参・いんげん・牛蒡	こんにゃく・ごま油	
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	
	こうやどうふのにつけ	高野豆腐・鶏肉	人参・いんげん・大根		
14(月)	さわらのごまみそやき	味噌・鯖		胡麻	
	はるさめちゅうかさらだ	ツナ	人参・きくらげ・青菜	春雨・ごま油	米酢
16(水)	ちきんかれーらいす	鶏肉	人参・玉葱	じゃが芋・カレールー	コンソメ・にんにく・生姜
	こーるすろーさらだ		ブロッコリー・人参・コーン・青菜	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		
18(金)	たんどりーちきん	鶏肉・味噌麴			ケチャップ・にんにく・カレー粉
	やさいのごますあえ		青菜・人参・切干大根・もやし	胡麻	米酢
21(月)	とりのおーろらそーすやき	鶏肉		マヨドレ	ケチャップ・にんにく
	きりぼしだいこんのにつけ	油揚げ	人参・いんげん・切干大根		
23(水)	のりしおからあげ	鶏肉	青粉	片栗粉	中華味
	からふるおひたし		人参・青菜・コーン・枝豆		コンソメ
25(金)	さけのたるたるやき	鮭・味噌	人参・玉葱	マヨドレ	ケチャップ
	あおなとコーンのあえもの		青菜・人参・切干大根・もやし・コーン		コンソメ
28(月)	さわらのいそべあげ	鯖	青粉	片栗粉	生姜
	きりぼしだいこんとひじきのにつけ	鶏肉・油揚げ	ひじき・人参・いんげん・切干大根		
30(水)	はやしらいす	豚肉	人参・トマトジュース・玉葱・トマト缶	ハヤシルー	コンソメ・ケチャップ
	こぶきいも		青粉	じゃが芋	
	くだもの		バナナ		

※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!!
 インスタグラムURL <https://www.instagram.com/orenjiyakyusyoku/>
 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。

