

九品寺幼稚園 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となる食品	おもに体の調子を整えるものとなる食品	おもにエネルギーのものとなる食品	
1(火)	ちきんのばーベきゅーそーす がんもとこんさいのもの	鶏肉 がんも	いんげん・人参・大根	こんにやく	ケチャップ・にんにく・コンソメ・生姜
2(水)	まーぼーどうぶどん もやしなのむる	味噌・大豆ミート・豆腐・豚肉	ねぎ・にら 人参・青菜・もやし・きくらげ	片栗粉・ごま油 ごま油	中華味・にんにく・生姜 中華味
3(木)	歯科検診				
	ゆうりんさば ごもくきんびら みそしる	鯖 鶏肉・竹輪 味噌	ねぎ 人参・いんげん・牛蒡 季節の野菜	片栗粉・ごま油 こんにやく・ごま油	米酢
4(金)	とりのからあげ きゃべつとこーんのかれーまよさらだ	鶏肉	ブロッコリー・人参・青菜・コーン	片栗粉 マヨドレ	にんにく・生姜 こしょう・カレー粉
7(月)	てりやきちきん ぶろっこりーのおかかあえ とうにゅうすーぶ	鶏肉 鯉節 豆乳・味噌	人参・ブロッコリー・切干大根 季節の野菜		にんにく・生姜 コンソメ
8(火)	さわらのかばやき ほてとさらだ	鯖	人参・青菜・コーン	片栗粉 じゃが芋・マヨドレ	こしょう
9(水)	ちくわのにくづめ にくじゃが	鶏肉・豚肉・竹輪 豚肉	玉葱 いんげん・人参・玉葱		ナツメグ・こしょう・生姜・にんにく こんにやく・じゃが芋
10(木)	ちきんのとまとに やさいのつなあえ	ひよこ豆・鶏肉 ツナ	トマト缶・人参・しめじ・玉葱 人参・青菜・切干大根	片栗粉・じゃが芋	こしょう・にんにく・生姜・ケチャップ・コンソメ
11(金)	さかなのやさいあんかけ こうやどうぶのにつけ	魚 鶏肉・高野豆腐	青菜・人参・えのき・玉葱 人参・いんげん・大根	片栗粉	
14(月)	なめしごはん あかうおのみそこうじやき はるさめまよさらだ	味噌麹・赤魚・味噌 ツナ	菜めし 人参・青菜・コーン	胚芽米 春雨・マヨドレ	こしょう
15(火)	さかなのかれーあんかけ あつあげのそぼろに	魚 厚揚げ・鶏肉	人参・青菜・玉葱・しめじ・えのき いんげん・人参・大根	片栗粉・カレールー 片栗粉	
16(水)	とりなんぼん つなとだいこんのさらだ みそしる	鶏肉 ツナ 味噌	ブロッコリー・人参・大根 季節の野菜	片栗粉 マヨドレ	米酢 こしょう
17(木)	みーとすばげっていー こんぞめふらいどほてと	味噌・大豆ミート・豚肉	人参・トマト缶・玉葱	米粉麺・片栗粉 じゃが芋	にんにく・ケチャップ・ソース・コンソメ コンソメ
18(金)	のりしおからあげ やさいたっぷりごまあえ みそしる	鶏肉 味噌	青粉 人参・青菜・切干大根・もやし 季節の野菜	片栗粉 胡麻	中華味
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	鶏肉 油揚げ	いんげん・人参・切干大根	マヨドレ	にんにく・ケチャップ
22(火)	にんじんごはん さばのたつたあげ ひじきとかぼちゃのにつけ	ツナ 鯖 竹輪・油揚げ	人参 いんげん・南瓜・ひじき・玉葱	胚芽米 片栗粉	生姜
23(水)	とりのかれーからあげ からふるおひたし	鶏肉	青菜・人参・コーン・枝豆	片栗粉	カレー粉・コンソメ・にんにく コンソメ
24(木)	なっとうだんご はるさめちゅうかさらだ みそしる	豆腐・味噌・納豆・豚肉・鶏肉 ツナ 味噌	ねぎ・人参・玉葱 人参・青菜・きくらげ 季節の野菜	春雨・ごま油	にんにく・生姜 米酢
25(金)	はやしらいす こぶきいも	豚肉	トマトジュース・人参・玉葱・トマト缶 青粉	ハヤシルー じゃが芋	コンソメ・ケチャップ
28(月)	さかなのちりそーす きりほしだいこんとひじきのにつけ	魚 鶏肉・油揚げ	グリンピース 人参・ひじき・いんげん・切干大根	片栗粉	にんにく・中華味・生姜・ケチャップ
29(火)	お誕生日会				
	ちきんかれーらいす こーるすろーさらだ ぶどうかんてん	鶏肉	人参・玉葱 ブロッコリー・人参・青菜・コーン イナアガー・ぶどうジュース	カレールー・じゃが芋 マヨドレ	コンソメ・にんにく・生姜 こしょう
30(水)	さけのみそまよそーすかけ あおなとこーんのあえもの	味噌・鮭	青菜・人参・コーン・切干大根・もやし	片栗粉・マヨドレ	コンソメ

※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・鱈・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。

