

聖マーガレット幼稚園 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	
1(火)	とりのまーまれーどやき がんとこんさいのにも みそしる	味噌・鶏肉 がんも 味噌	いんげん・人参・大根 季節の野菜	こんにゃく	マーマレード
2(水)		お弁当の日			
3(木)	みーとすばっいてー ふらいどぼと こんそめすーぶ	味噌・大豆ミート・豚肉	人参・トマト缶・玉葱 季節の野菜	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 こしょう・コンソメ
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 みそしる	鶏肉 味噌	ブロッコリー・人参・コーン・青菜 季節の野菜	片栗粉 マヨドレ	にんにく・生姜 こしょう・カレー粉
7(月)	さわらのかばやき あおなのしおこんぶあえ みそしる	鯖 味噌	青菜・人参・塩昆布・切干大根 季節の野菜	片栗粉	
8(火)	てりやきちきん 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		生姜・にんにく
9(水)	にくみそどうふ ごもくきんぴら すいもの	豚肉・大豆ミート・豆腐・味噌 竹輪・鶏肉	玉葱・えのき 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)	ちきんのとまどに いんげんとにんじんのつなあえ とうにゅうすーぶ	ひよこ豆・鶏肉 ツナ 味噌・豆乳	人参・トマト缶・しめじ・玉葱 人参・いんげん 季節の野菜	じゃが芋・片栗粉	こしょう・にんにく・生姜・コンソメ・ケチャップ
11(金)	さばのみそに やさいだっぶりごまあえ みそしる	味噌・鯖 味噌	人参・青菜・切干大根・もやし 季節の野菜	胡麻	コンソメ 生姜
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)	ちきんかれーらいす こーるすーさらだ ぶどうかんてん	鶏肉	人参・玉葱 人参・ブロッコリー・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
16(水)	なめしごはん あかうおのみそこうじやき にくじゃが みそしる	味噌麹・味噌・赤魚 豚肉 味噌	菜めし いんげん・人参・玉葱 季節の野菜	胚芽米 こんにゃく・じゃが芋	
17(木)		誕生会			
	のりしおからあげ からふるおひたし みそしる	鶏肉 味噌	青粉 青菜・人参・コーン・枝豆 季節の野菜	片栗粉	中華味 コンソメ
18(金)	さけのたるたるやき あつあげのそぼろに すいもの	味噌・鮭 厚揚げ・鶏肉	人参・玉葱 いんげん・人参・大根 季節の野菜	マヨドレ 片栗粉	ケチャップ
21(月)	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	
22(火)	とりのおーらそーすやき ぶろっこりーのおかかあえ みそしる	鶏肉 鯉節 味噌	人参・ブロッコリー・もやし・切干大根 季節の野菜	マヨドレ	にんにく・ケチャップ
23(水)	まーぼーどうふどん つなとだいこんのさらだ わかめすーぶ	豚肉・豆腐・大豆ミート・味噌 ツナ	にら・ねぎ ブロッコリー・人参・大根 わかめ・季節の野菜	片栗粉・ごま油 マヨドレ	中華味・にんにく・生姜 こしょう こしょう・中華味
24(木)	たんどりーちきん あおなとこーんのあえもの みそしる	鶏肉・味噌麹 味噌	人参・青菜・コーン・切干大根 季節の野菜		ケチャップ・にんにく・カレー粉 コンソメ
25(金)	さかなのやさいあんかけ こうやどうふのにつけ みそしる	魚 高野豆腐・鶏肉 味噌	青菜・人参・えのき・玉葱 いんげん・人参・大根 季節の野菜	片栗粉	
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 もやしのなむる みそしる	鶏肉 味噌	いんげん・人参・しめじ・玉葱 人参・青菜・きくらげ・もやし 季節の野菜	片栗粉 ごま油	生姜・にんにく・ケチャップ・米酢 中華味
30(水)	はやしらいす こぶきいも くだもの	豚肉	トマト缶・トマトジュース・玉葱・人参 青粉 バナナ	ハヤシルー じゃが芋	コンソメ・ケチャップ

※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。

☉☪☽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/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。

