

# お東幼稚園 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	
2(水)	まーぼーどうふどん	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
	もやしのなむる		人参・青菜・きくらげ・もやし	ごま油	中華味
	わかめすーぷ		わかめ・季節の野菜		こしょう・中華味
4(金)	とりのからあげ	鶏肉		片栗粉	にんにく・生姜
	きゃべつとこーん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)	てりやちきん	鶏肉			生姜・にんにく
	ぶろっこりーのおかかあえ	鰹節	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	
	やさいびたみんぜりー		イナアガー・紫野菜ジュース		
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		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
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
	すいもの		季節の野菜		
16(水)	<b>誕生会</b>				
●●●	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
	くだもの		バナナ		
<b>愛園会 より プレゼント</b>					
	おうとうかんでん		イナアガー・黄桃		
18(金)	たんどりーちきん	鶏肉・味噌麹			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
	みそしる	味噌	季節の野菜		
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		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
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
	みそしる	味噌	季節の野菜		
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
	あおなとこーんのあえもの		青菜・人参・切干大根・もやし・コーン		コンソメ
	くだもの		オレンジ		
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		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
●●●	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	
	りんごかんでん		イナアガー・りんごジュース		

※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。ご了承ください。ご了承ください。

※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/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。

