

柳城幼稚園 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ととなる食品 | |
| 1(火) | とりのまーまれーどやき | 味噌・鶏肉 | | | マーマレード |
| | がんとこんさいのにもみそしる | がんと | 人参・いんげん・大根 | こんにゃく | |
| | | 味噌 | 季節の野菜 | | |
| 3(木) | なめしごはん | | 菜めし | 胚芽米 | |
| | あかうのみそこうじやき | 味噌・味噌麹・赤魚 | | | |
| | にくじゃが | 豚肉 | 人参・いんげん・玉葱 | じゃが芋・こんにゃく | |
| | みそしる | 味噌 | 季節の野菜 | | |
| 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) | てりやきちきん | 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 | | |
| 8(火) | さわらのかばやき | 鯖 | | 片栗粉 | |
| | ぼとさらだ | | 人参・コーン・青菜 | じゃが芋・マヨドレ | こしょう |
| | みそしる | 味噌 | 季節の野菜 | | |
| 10(木) | ちきんのとまとに | ひよこ豆・鶏肉 | 人参・トマト缶・しめじ・玉葱 | 片栗粉・じゃが芋 | にんにく・生姜・コンソメ・こしょう・クチャップ |
| | いんげんとにんじんのつなあえ | ツナ | いんげん・人参 | | |
| | とうにゅうすーぶ | 味噌・豆乳 | 季節の野菜 | | コンソメ |
| 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 | | |
| 15(火) | 誕生会 | | | | |
| | みーとすばげっていー | 豚肉・大豆ミート・味噌 | 人参・トマト缶・玉葱 | 米粉麺・片栗粉 | にんにく・コンソメ・ソース・クチャップ |
| | ふらいどぼと | | | じゃが芋 | |
| | こんそめすーぶ | | 季節の野菜 | | こしょう・コンソメ |
| 17(木) | さばのみそに | 鯖・味噌 | | | 生姜 |
| | あつあげのそぼろに | 鶏肉・厚揚げ | いんげん・人参・大根 | 片栗粉 | |
| | すいもの | | 季節の野菜 | | |
| 18(金) | たんどりーちきん | 鶏肉・味噌麹 | | | クチャップ・にんにく・カレー粉 |
| | やさいのこますあえ | | 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) | 代休 | | | | |
| 22(火) | にんじんごはん | ツナ | 人参 | 胚芽米 | |
| | さばのしおやき | 鯖 | | | |
| | ごもくまめ | 大豆・鶏肉 | 人参・切り昆布・牛蒡 | こんにゃく | |
| | りんごかんてん | | イナアガー・りんごジュース | | |
| 24(木) | なっとうばーぐ | 納豆・豆腐・豚肉・鶏肉・味噌 | ねぎ・人参・玉葱 | | 生姜・にんにく |
| | はるさめまよさらだ | ツナ | 人参・青菜・コーン | マヨドレ・春雨 | こしょう |
| | 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 | クチャップ |
| | あおなとこんのあえもの | | 青菜・人参・切干大根・もやし・コーン | | コンソメ |
| | みそしる | 味噌 | 季節の野菜 | | |
| 28(月) | さわらのいそべあげ | 鯖 | 青粉 | 片栗粉 | 生姜 |
| | きりほ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 | | |
| 29(火) | すどり | 鶏肉 | いんげん・人参・しめじ・玉葱 | 片栗粉 | 米酢・にんにく・生姜・クチャップ |
| | つなとだいこんのさらだ | ツナ | 人参・ブロッコリー・大根 | マヨドレ | こしょう |
| | みそしる | 味噌 | 季節の野菜 | | |

※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。ご了承いただけますと幸いです。

※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/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。

