

サンタマリア幼稚園 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	
1(火)	とりのまーまれーどやき がんもどこんさいのもの	味噌・鶏肉 がんも	人参・いんげん・大根	こんにゃく	マーマレード
2(水)	まーぼーどうふどん もやしなのむる	味噌・豚肉・豆腐・大豆ミート	にら・ねぎ 人参・青菜・きくらげ・もやし	片栗粉・ごま油 ごま油	中華味・生姜・にんにく 中華味
3(木)	なめしごはん あかうおのみそこうじやき にくじゃが	味噌・味噌麹・赤魚 豚肉	菜めし 人参・いんげん・玉葱	胚芽米 じゃが芋・こんにゃく	
4(金)	とりのからあげ きゃべつとコーン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)	てりやきちきん ぶろっこりーのおかかあえ	鶏肉 鯉節	人参・ブロッコリー・切干大根		生姜・にんにく
8(火)	さわらのかばやき ぼてとさらだ	鯖	人参・コーン・青菜	片栗粉 じゃが芋・マヨドレ	こしょう
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 人参・いんげん・牛蒡 季節の野菜	片栗粉 こんにゃく・ごま油	
10(木)	ちきんのとまとに いんげんとにんじんのつなあえ	ひよこ豆・鶏肉 ツナ	人参・トマト缶・しめじ・玉葱 いんげん・人参	片栗粉・じゃが芋	にんにく・生姜・コンソメ・こしょう・ケチャップ
11(金)	さかなのやさしいあんかけ こうやどうふのにつけ	魚 高野豆腐・鶏肉	青菜・人参・えのき・玉葱 人参・いんげん・大根	片栗粉	
14(月)	さわらのごまみそやき はるさめちゅうかさらだ	味噌・鯖 ツナ	人参・きくらげ・青菜	胡麻 春雨・ごま油	米酢
15(火)	みーとすばげっていー ふらいどぼてと	豚肉・大豆ミート・味噌	人参・トマト缶・玉葱	米粉麺・片栗粉 じゃが芋	にんにく・コンソメ・ソース・ケチャップ
16(水)	ちきんかれーらいす こーるすろーさらだ りんごかんてん	鶏肉	人参・玉葱 ブロッコリー・人参・コーン・青菜 イナアガー・りんごジュース	じゃが芋・カレールー マヨドレ	コンソメ・にんにく・生姜 こしょう
17(木)	内科検診				
	さばのみそに あつあげのそぼろに	鯖・味噌 鶏肉・厚揚げ	いんげん・人参・大根	片栗粉	生姜 ケチャップ・にんにく・カレー粉
18(金)	たんどりーちきん やさしいごますあえ	鶏肉・味噌麹	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 きりほしだいこんのにつけ	鶏肉 油揚げ	人参・いんげん・切干大根	マヨドレ	ケチャップ・にんにく
22(火)	保育参観 年長				
	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・切り昆布・牛蒡 季節の野菜	胚芽米 こんにゃく	
23(水)	保育参観 年中				
	のりしおからあげ からふるおひたし	鶏肉	青粉 人参・青菜・コーン・枝豆	片栗粉	中華味 コンソメ
24(木)	歯科検診				
	なっとうばーぐ はるさめまよさらだ	納豆・豆腐・豚肉・鶏肉・味噌 ツナ	ねぎ・人参・玉葱 人参・青菜・コーン	マヨドレ・春雨	生姜・にんにく こしょう
25(金)	保育参観 年少				
	さけのたるたるやき あおなとコーンのあえもの	鮭・味噌	人参・玉葱 青菜・人参・切干大根・もやし・コーン	マヨドレ	ケチャップ コンソメ
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	鯖 鶏肉・油揚げ	青粉 ひじき・人参・いんげん・切干大根	片栗粉	生姜
29(火)	すどり つなとだいこんのさらだ	鶏肉 ツナ	いんげん・人参・しめじ・玉葱 人参・ブロッコリー・大根	片栗粉 マヨドレ	米酢・にんにく・生姜・ケチャップ こしょう
30(水)	はやしらいす こふきいも くだもの	豚肉	人参・トマトジュース・玉葱・トマト缶 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。

🍴🍷🍷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!!

Instagram URL <https://www.instagram.com/orenjiyakyusyoku/>
おれんじや HPにもリンクが貼ってあります♪ ぜひご覧ください。

