

一宮聖光幼稚園 保育部 6月献立表

ひにち	午前おやつ	こんだて	午後おやつ	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)	とうにゅうりんご	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	ぶるーん	鶏肉・味噌 がんと 味噌	人参・いんげん・大根 季節の野菜	こんにやく	マーマレード
2(水)	とうにゅうこざかな	まーぼーどうぶどん からぶるおひたし わかめすーぶ	あまなっとう	豚肉・味噌・豆腐・大豆ミート	にら・ねぎ 人参・青菜・コーン・枝豆 わかめ・季節の野菜	片栗粉・ごま油	中華味・にんにく・生姜 コンソメ こしょう・中華味
3(木)	とうにゅうぼな	なめしごはん さわらのみそこうじやき にくじゃが	おいもちっぶす	味噌麺・味噌・鯖 豚肉	菜めし 人参・いんげん・玉葱	胚芽米 じゃが芋・こんにやく	
4(金)	とうにゅうこざかな	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	きなこねじり	鶏肉 味噌	ブロccoli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)	とうにゅうこざかな	てりやきちきん ぶろっこりーのおかかあえ みそしる	せんべい	鶏肉 鯉節 味噌	ブロccoliー・人参・切干大根 季節の野菜		生姜・にんにく
8(火)	とうにゅうおれんじ	さわらのかばやき はるさめまよさらだ みそしる	ひとくちようかん	ツナ 味噌	青菜・人参・コーン 季節の野菜	片栗粉 マヨドレ・春雨	こしょう
9(水)	とうにゅうこざかな	にくみそどうぶ ごもくきんぴら すいもの	あられ	味噌・豆腐・大豆ミート・豚肉 鶏肉・竹輪	えのき・玉葱 人参・いんげん・牛蒡 季節の野菜	片栗粉 こんにやく・ごま油	
10(木)	とうにゅうりんご	ちきんのとまとに やさいのつなあえ とうにゅうすーぶ	きなこもち	鶏肉・ひよこ豆 ツナ 味噌・豆乳	人参・トマト缶・しめじ・玉葱 人参・青菜・切干大根 季節の野菜	じゃが芋・片栗粉	こしょう・CACK・生姜・ケチャップ・コンソメ コンソメ
11(金)	とうにゅうこざかな	さかなのやさいあんかけ こうやどうぶのにつけ みそしる	ぶるーん	魚 鶏肉・高野豆腐 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	
14(月)	とうにゅうこざかな	さわらのみそまよやき はるさめちゅうかさらだ すいもの	あまなっとう	味噌・鯖 ツナ	人参・青菜・きくらげ 季節の野菜	マヨドレ 春雨・ごま油	米酢
15(火)	とうにゅうぼな	すどり ぶろっこりーのなむる みそしる	おいもちっぶす	鶏肉 味噌	人参・いんげん・しめじ・玉葱 ブロccoliー・人参・もやし・切干大根 季節の野菜	片栗粉 ごま油	ケチャップ・米酢・にんにく・生姜 中華味
16(水)	とうにゅうこざかな	ちきんかれーらいす こーるすろーさらだ くだもの	きなこねじり	鶏肉	人参・玉葱 人参・ブロccoliー・玉葱・青菜・コーン オレンジ	じゃが芋・カレールー	コンソメ・にんにく・生姜 米酢
17(木)	とうにゅうおれんじ	さばのみそに あつあげのそぼろに すいもの	ひとくちようかん	鯖・味噌 厚揚げ・鶏肉	いんげん・人参・大根 季節の野菜	片栗粉	生姜
18(金)	とうにゅうこざかな	たんどりーちきん やさいのあますあえ みそしる	あられ	味噌麺・鶏肉 味噌	人参・切干大根・青菜・もやし 季節の野菜		カレー粉・にんにく・ケチャップ 米酢
21(月)	とうにゅうこざかな	とりのおーろらそーすやき きりほしだいこんのにつけ みそしる	きなこもち	鶏肉 油揚げ 味噌	いんげん・人参・切干大根 季節の野菜	マヨドレ	にんにく・ケチャップ
22(火)	とうにゅうりんご	にんじんごはん さばのしおやき ごもくまめ	ぶるーん	ツナ 鯖 鶏肉・大豆	人参 人参・牛蒡・切り昆布	胚芽米 こんにやく	
23(水)	とうにゅうこざかな	がーりっくちきん あおなのゆかりあえ みそしる	あまなっとう	鶏肉 味噌	ゆかり・人参・青菜・もやし・切干大根 季節の野菜		こしょう・生姜・にんにく
24(木)	とうにゅうぼな	はやしらいす ふらいどぼと りんごかんてん	こざかな	豚肉	誕生会 トマトジュース・人参・玉葱・トマト缶 イナアガー・りんごジュース	ハヤシルー じゃが芋	コンソメ・ケチャップ
25(金)	ひとくちせりー		おいもちっぶす	お弁当の日			
28(月)	とうにゅうこざかな	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	きなこねじり	鯖 鶏肉・油揚げ 味噌	青粉 人参・いんげん・ひじき・切干大根 季節の野菜	片栗粉	生姜
29(火)	とうにゅうおれんじ	のりしおからあげ つなとだいこんのさらだ みそしる	ひとくちようかん	鶏肉 ツナ 味噌	青粉 ブロccoliー・人参・大根 季節の野菜	片栗粉 マヨドレ	中華味 こしょう
30(水)	とうにゅうこざかな	さけのたるたるやき あおなとこーんのあえもの みそしる	あられ	鮭・味噌 味噌	人参・玉葱 コーン・人参・青菜・切干大根・もやし 季節の野菜	マヨドレ	ケチャップ 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。

※主食の表記が無い日は【胚芽米ごはん】となります。

※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。



おれんじや インスタあいます!!

Instagram URL <https://www.instagram.com/orenjyakusyoku/>
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。

