

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(水)	よっかいちとんてきふうちきんそてー	鶏肉			にんにく・こしょう・ソース
	こんさいに		人参・いんげん・干し椎茸・大根	こんにゃく	
	みそしる	味噌	季節の野菜		
2(木)	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		人参・青菜・コーン・切干大根		コンソメ
	みそしる	味噌	季節の野菜		
3(金)	すどり	鶏肉	いんげん・人参・しめじ・玉葱	片栗粉	にんにく・生薑・ケチャップ・米酢
	あおなのわかめあえ		人参・青菜・わかめ・もやし		
	ちゅうかさーぶ		季節の野菜		中華味
6(月)	なめしごはん		菜めし	胚芽米	
	さわらのかばやき	鯖		片栗粉	
	まめまめさらだ	大豆・ツナ	人参・青菜・枝豆・コーン	オリーブオイル	コンソメ
	すいもの		季節の野菜		
7(火)	ちきんのとまとに	ひよこ豆・鶏肉	トマト缶・人参・しめじ・玉葱	じゃが芋・片栗粉	こしょう・ケチャップ・にんにく・生薑・コンソメ
	いんげんとにんじんのつなあえ	ツナ	いんげん・人参		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
8(水)	にくみそどうぶ	豚肉・大豆ミート・豆腐・味噌	玉葱・えのき	片栗粉	
	こもくきんぴら	竹輪・鶏肉	人参・いんげん・牛蒡	こんにゃく・ごま油	
	けんちんじる	鶏肉	季節の野菜		
9(木)	とりのからあげ	鶏肉		片栗粉	生薑・にんにく
	きゃべつとこーんのあえもの		人参・ブロッコリー・コーン・青菜		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
10(金)	あかうおのみそこうじやき	赤魚・味噌・味噌麴			
	にくじゃが	豚肉	いんげん・人参・玉葱	こんにゃく・じゃが芋	
	すいもの		季節の野菜		
13(月)	年少 代休				
	さわらのごみそやき	味噌・鯖		胡麻	
	はるさめちゅうかさらだ	ツナ	青菜・人参・きくらげ	春雨・ごま油	米酢
	すいもの		季節の野菜		
15(水)	はやしらいす	豚肉	トマト缶・トマトジュース・玉葱・人参	ハヤシルー	ケチャップ・コンソメ
	こーるすーさらだ		ブロッコリー・人参・青菜・コーン	マヨドレ	こしょう
	くだもの		バナナ		
16(木)	さかなのやさいあんかけ	魚	人参・青菜・玉葱・えのき	片栗粉	
	こうやどうぶのにつけ	高野豆腐・鶏肉	いんげん・人参・大根		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
17(金)	たんどりーちきん	味噌麴・鶏肉			にんにく・カレー粉・ケチャップ
	やさいのごますあえ		人参・青菜・もやし	胡麻	米酢
	みそしる	味噌	季節の野菜		
20(月)	年中 代休				
	さばのみそに	鯖・味噌			生薑
	やさいのあえもの		人参・青菜・切干大根		
	すいもの		季節の野菜		
21(火)	誕生会				
	とりなんばん	鶏肉		片栗粉	米酢
	からふるおひたし		青菜・人参・枝豆・コーン		コンソメ
	みそしる	味噌	季節の野菜		
22(水)	そぼろどん	鶏肉	人参・牛蒡・玉葱・枝豆・コーン・干し椎茸	片栗粉	
	やさいたっぶりごまあえ		人参・青菜・もやし	胡麻	
	みそしる	味噌	季節の野菜		
23(木)	やさいはんぱーぐ	大豆ミート・豚肉	人参・ブロッコリー・玉葱	片栗粉	ケチャップ・こしょう・生薑・にんにく・ナツメグ
	ひじきのにつけ	油揚げ・大豆・竹輪	ひじき・人参・いんげん・玉葱		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
24(金)	とりのやわらかやき	塩麴・鶏肉	玉葱		
	こんさいのつなに	ツナ	人参・牛蒡・大根	こんにゃく	
	みそしる	味噌	季節の野菜		
27(月)	さかなのちゅうかあんかけ	魚	人参・青菜・えのき・きくらげ・玉葱	片栗粉	中華味・生薑
	ぶろっこりーのあえもの		人参・ブロッコリー・切干大根		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
28(火)	てりやきちきん	鶏肉			生薑・にんにく
	きりぼしだいこんのにつけ	油揚げ	いんげん・人参・切干大根		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
29(水)	さばのしおやき	鯖			
	あつあげとやさいのにも	厚揚げ	いんげん・人参・大根	こんにゃく	
	みそしる	味噌	季節の野菜		
30(木)	かれーらいす	豚肉	人参・玉葱	じゃが芋・カレールー	コンソメ・生薑・にんにく
	つなとだいこんのさらだ	ツナ	ブロッコリー・人参・大根	マヨドレ	こしょう
	ぶどうかんてん		イナアガー・ぶどうジュース		

※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。

※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。

※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。

このマークの日はスプーンを持参してください。

