



6月こんだて



熱量 430 kcal タンパク質 17.0 g (あひる)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
13 ・ 27	ごはん にら入り玉子焼き 煮物	米 卵 にら 玉葱 じゃが芋 人参 大根 グリンピース 砂糖 醤油	あじさいゼリー ぶどう果汁 寒天 ゼラチン 砂糖	6 ・ 20	ごはん 焼き魚 きゃべつのたいたん	米 鯖 酒 きゃべつ 人参 玉葱 砂糖 醤油	黒糖わらびもち わらび粉 黒砂糖 水 きな粉 砂糖
(月)	味噌汁	もやし 青梗菜 昆布 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	大根 小松菜 昆布 味噌	牛乳
14 ・ 28	肉うどん パンプキンサラダ	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 人参 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 南瓜 胡瓜 人参 玉葱 砂糖 醤油 酢 胡麻油	☆じゃことひじきのおにぎり 米 ひじき 人参 ちりめんじゃこ 醤油 みりん 白胡麻 牛乳	7 ・ 21	ごはん 豆腐ハンバーグ じゃが芋と野菜の おかか和え	米 豆腐 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 小麦粉 パン粉 砂糖 みりん 醤油 油 じゃが芋 玉葱 人参 ピーマン 砂糖 醤油 花鰹	マーブルクッキー 小麦粉 卵 マーガリン 砂糖 ココア
(火)	味噌汁	キャベツの わかめ 昆布 味噌	牛乳	(火)	味噌汁	白菜 わかめ 昆布 味噌	牛乳
1 ・ 15 ・ 29	ごはん 麻婆豆腐 三度豆の醤油マヨ和え	米 豚ミンチ 豆腐 人参 玉葱 青葱 味噌 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉 油 三度豆 醤油 マヨネーズ	(1・15日)パインケーキ 小麦粉 油 砂糖 パイン缶 卵 レモン ベーキングパウダー (29日)メロンパン 牛乳	8 ・ 22	(8日)ごはん (22日)ピラフ 鶏のタルタル焼き	米 米 玉葱 コーン 人参 ピーマン コンソメ 塩 鶏もも肉 卵 玉葱 マヨネーズ パセリ	トースト
(水)	味噌汁	キャベツの わかめ 昆布 味噌	牛乳	(水)	カラフルソテー コンソメスープ	パプリカ 人参 きゃべつ 玉葱 コンソメ 油 薄口醤油 玉葱 人参 昆布 コンソメ	牛乳
2 ・ 16 ・ 30	ごはん 鶏の胡麻焼き 大根の煮物	米 鶏もも肉 酒 醤油 みりん 白胡麻 大根 人参 薩摩芋 砂糖 醤油 油	(2・16日)きな粉ラスク 食パン きな粉 砂糖 マーガリン (30日)塩おにぎり	9 ・ 23	ごはん 南瓜の煮物 めざし	米 豚肉 南瓜 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 めざし	ホットケーキ 小麦粉 砂糖 牛乳 卵 マーガリン ベーキングパウダー
(木)	味噌汁	ソーメン 法蓮草 玉葱 昆布 味噌	牛乳	(木)	味噌汁	豆腐 小松菜 玉葱 昆布 味噌	牛乳
3 ・ 17	ごはん 煮魚 野菜の海苔和え	米 赤魚 砂糖 醤油 きゃべつ 法蓮草 人参 胡瓜 海苔 砂糖 醤油	焼きポテト じゃが芋 塩 油	10 ・ 24	ごはん クリームシチュー 野菜サラダ	米 鶏こま肉 じゃが芋 人参 玉葱 牛乳 小麦粉 コンソメ きゃべつ 胡瓜 人参 コーン 砂糖 醤油 酢 胡麻油	☆ツナサンド 食パン シーチキン缶 マヨネーズ
(金)	味噌汁	麩 人参 昆布 味噌	牛乳	(金)	味噌汁	うどん 豚肉 油 きゃべつ 人参 もやし 昆布 味噌	牛乳
4 ・ 18	ささみうどん 薩摩芋の土佐煮	うどん ささみ 砂糖 醤油 法蓮草 人参 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 砂糖 醤油 花鰹	黒糖ロールパン	11 ・ 25	味噌うどん 煮物	じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油	バターロールパン
(土)			牛乳	(土)			牛乳

22日(水)お誕生日会

備
考



*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。
*☆マークは、新メニューです。

* 保育園では、あひるぐみは、発芽玄米、きのご類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)
ベーコン、ハム、こんにやく、油揚げ、揚げ物、カレーは、味が濃く噛みにくいので抜いています。