



6月こんだて



熱量 412kcal タンパク質 17.3g (あひる) 吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
2 ・ 16 ・ 30 (月)	ごはん バーベキューチキン 野菜ソテー 味噌汁	米 鶏もも肉 ケチャップ ウスターソース 砂糖 法蓮草 キャベツ 人参 玉葱 コーン コンソメ 薩摩芋 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌	(2・16) 黒糖わらびもち わらび粉 水 黒砂糖 きな粉 砂糖 (30) 塩おにぎり 米 塩 牛乳	9 ・ 23 (月)	ごはん 千草焼き ひじきの炒め煮 味噌汁	米 卵 豚ミンチ 人参 グリンピース 砂糖 みりん 醤油 ひじき 人参 薩摩芋 砂糖 醤油 油 麩 青梗菜 もやし 昆布 鰹節 味噌	ちんすこう 小麦粉 砂糖 油 牛乳
3 ・ 17 (火)	ごはん 豚じゃが バナナ 味噌汁	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 バナナ キャベツ 青葱 昆布 鰹節 味噌	シュガーラスク 食パン マーガリン グラニュー糖 牛乳	10 ・ 24 (火)	ごはん 焼魚 煮物 澄まし汁	米 鯖 塩 薩摩芋 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 豆腐 玉葱 法蓮草 昆布 鰹節 薄口醤油	餃子の皮のピザ 餃子の皮 玉葱 ピーマン チーズ ケチャップ 牛乳
4 ・ 18 (水)	玉子うどん 切干大根のサラダ	うどん 卵 法蓮草 人参 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 切干大根 胡瓜 人参 コーン チーズ 砂糖 醤油 酢 胡麻油	☆鶏そぼろおにぎり 米 鶏ミンチ 砂糖 醤油 牛乳	11 (水)	ごはん 鶏煮 大根のおかか和え 味噌汁	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 大根 人参 胡瓜 砂糖 醤油 花鰹 白菜 人参 昆布 鰹節 味噌	☆みたらしあんサンド 食パン 醤油 砂糖 みりん 片栗粉 水 牛乳
5 ・ 19 (木)	ごはん 豆腐と豚肉の炒め煮 中華胡瓜 味噌汁	米 豆腐 豚肉 人参 玉葱 砂糖 醤油 油 片栗粉 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油 麩 大根 わかめ 昆布 鰹節 味噌	焼きポテト じゃが芋 塩 油 牛乳	12 ・ 26 (木)	ごはん クリームシチュー 野菜サラダ	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 小麦粉 牛乳 コンソメ 油 キャベツ 人参 胡瓜 トマト マヨネーズ	パインケーキ 小麦粉 油 卵 砂糖 パイン缶 ベーキングパウダー レモン 牛乳
6 ・ 20 (金)	ごはん ☆魚の野菜あんかけ こふき芋 味噌汁	米 鮭 油 人参 玉葱 三度豆 砂糖 醤油 酢 片栗粉 じゃが芋 塩 豆腐 小松菜 昆布 鰹節 味噌	チヂミ 小麦粉 片栗粉 卵 油 玉葱 豚ミンチ にら 人参 醤油 酢 砂糖 胡麻油 胡麻 牛乳	13 ・ 27 (金)	ごはん 高野豆腐の中華風煮 めざし 味噌汁	米 高野豆腐 豚肉 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 片栗粉 胡麻油 めざし ソーメン わかめ 人参 昆布 鰹節 味噌	(13) あじさいゼリー ぶどう果汁 砂糖 寒天 ゼラチン (27) あじさいゼリー ルヴァン1枚 牛乳
7 ・ 21 (土)	かしわうどん パンプキンサラダ	うどん 鶏こま 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 南瓜 人参 玉葱 胡瓜 マヨネーズ	ぶどうパン 牛乳	14 ・ 28 (土)	野菜うどん じゃが芋の胡麻煮	うどん 鶏肉 白菜 玉葱 人参 もやし 青葱 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 砂糖 醤油 すり胡麻	スナックスティックパン 牛乳

備

考



25日(水)お誕生日会

*わかめごはん 米 わかめ 砂糖 醤油 味付け海苔

*鶏煮 鶏もも肉 砂糖 醤油

☆大根のおかか和え 大根 人参 胡瓜 砂糖 醤油 花鰹

*味噌汁 白菜 人参 昆布 鰹節 味噌

(おやつ)

*ブリオッシュ

*牛乳



*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更がある場合があります。

*保育園では、あひるぐみは、麦、発芽玄米、きのこ類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、加糖ヨーグルト、ベーコン、ハム、こんにゃく、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。