



# 6月こんだて



うさぎ 幼児  
吉祥院保育園

熱量529kcal タンパク質19.5g

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
11 ・ 25 (月)	ごはん 麻婆豆腐 胡瓜の酢漬け 澄まし汁	米 豚ミンチ 木綿豆腐 人参 玉葱 青葱 胡麻油 味噌 砂糖 醤油 片栗粉 胡瓜 砂糖 醤油 酢 麩 蒲鉾 人参 昆布 鰹節 薄口しょうゆ	焼うどん うどん 豚肉 人参 キャベツ ピーマン 花鰹 うすくち醤油 油 牛乳	4 ・ 18 (月)	発芽玄米入りごはん お好みビーフン ブロッコリー 味噌汁	発芽玄米 米 豚肉 キャベツ ビーフン 人参 ピーマン 舞茸 胡麻油 醤油 油 ブロッコリー 大根 人参 青葱 昆布 味噌	マーブルケーキ 小麦粉 ココア 卵 砂糖 マーガリン ベーキングパウダー 牛乳
12 ・ 26 (火)	じゃこごはん 豚じゃが 味噌汁	米 じゃこ 砂糖 醤油 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 アスパラガス 砂糖 醤油 油 豆腐 玉葱 青葱 昆布 味噌	ヨーグルト ヨーグルト95g ルヴァン2枚 牛乳	5 ・ 19 (火)	ごはん 玉子焼き 春雨サラダ 味噌汁	米 シーチキン パセリ 人参 卵 薄口しょうゆ 昆布だし 春雨 胡瓜 玉葱 ハム 人参 酢 砂糖 醤油 胡麻油 胡麻 麩 玉葱 昆布 味噌	5日 スナックスティックパン チーズ1/2 19日五穀パン 牛乳
13 ・ 27 (水)	下記記載			6 ・ 20 (水)	ごはん 鶏つくねのあんかけ 野菜のポトフ風煮 味噌汁	米 鶏ミンチ 人参 ひじき 玉葱 水 片栗粉 醤油 酒 砂糖 水 片栗粉 大根 玉葱 人参 コンソメ キャベツ もやし 昆布 味噌	フライドポテト じゃが芋 油 牛乳
14 ・ 28 (木)	ごはん 鶏の照り煮 切り干し大根煮 味噌汁	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 切り干し大根 人参 グリンピース 油揚げ 砂糖 醤油 油 そうめん 法蓮草 人参 昆布 味噌	ジャムサンド 食パン イチゴジャム 牛乳	7 ・ 21 (木)	ごはん 鯖の味噌煮 野菜の海苔和え 澄まし汁	米40 鯖 味噌 醤油 砂糖 酒 キャベツ 人参 大根 刻みのり 醤油 豆腐 わかめ アスパラガス 昆布 鰹節 薄口しょうゆ	マヨネーズラスク 食パン マヨネーズ 牛乳
1 ・ 15 ・ 29 (金)	ごはん すき焼き風煮 バナナ1/6 (15、29のみ) 味噌汁	米 豚肉 焼き豆腐 麩 人参 玉葱 もやし 青葱 板こんにゃく 砂糖 醤油 油 バナナ 白菜 わかめ 昆布 味噌	マカロニのきな粉和え マカロニきな粉 砂糖 29日水無月 白玉粉 片栗粉 水 小麦粉 砂糖 小豆 牛乳	8 ・ 22 (金)	ごはん クリームシチュー ツナサラダ 味噌汁	米40 鶏こま じゃが芋 人参 玉葱 パセリ 牛乳 シチュールー 小麦粉 コンソメ キャベツ 胡瓜 人参 ツナ缶 砂糖 醤油 酢 胡麻油0.5 大根 人参 玉葱 昆布 味噌	りんごゼリー りんご果汁 砂糖 ゼラチン 寒天 牛乳
2 ・ 16 ・ 30 (土)	カレーうどん 薩摩芋のおかか煮	うどん 豚肉 人参 玉葱 青葱 昆布 鰹節 砂糖 醤油 カレールー 薩摩芋 砂糖 醤油 花鰹	黒糖ロールパン 牛乳	9 ・ 23 (土)	焼きそば 味噌汁	中華そば 豚肉 油 キャベツ 人参 ピーマン もやし 花鰹 青のり 焼きそばソース お好みソース 大根 人参 玉葱 昆布 味噌	バターロールパン 牛乳
備 考	13日(水)お弁当保育 ※おやつ じゃが芋おやき じゃが芋 米粉 砂糖 醤油 牛乳	20日(水)保育参加 ※ごはん 米 ※鶏つくねのあんかけ 鶏ミンチ 人参 ひじき 玉葱 水 片栗粉 醤油 酒 砂糖 水 片栗粉 ※煮物 大根 人参 玉葱 砂糖 醤油 ※味噌汁 キャベツ もやし 昆布 味噌	おやつ ※フライドポテト じゃが芋 油 ※牛乳	27日(水)お誕生会 ※ごはん ※鮭のマヨネーズ焼き ※野菜の胡麻味噌炒め ※澄まし汁	米 鮭 マヨネーズ パセリ キャベツ 人参 玉葱 しめじ 砂糖 醤油 味噌 胡麻 油 わかめ 玉葱 人参 昆布 鰹節 薄口醤油	※おやつ りんご蒸しパン 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 りんご果汁 りんご油マーガリン ベーキングパウダー 牛乳	

☆天候や仕入れの都合により食事や献立の変更があります。