



# 6月こんだて



(あひる)

吉祥院こども園

熱量 416kcal タンパク質 15.5g

献立	材 料	お や つ	献立	材 料	お や つ
14 ごはん 鶏の照り煮 ・ 28 キャベツの煮物 (月)味噌汁	米 鶏もも肉 酒 みりん 醤油 キャベツ 人参 玉葱 薩摩芋 砂糖 醤油 麩 玉葱 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 牛乳	7 ごはん 煮物 ・ 21 バナナ (月)味噌汁	米 豚ミンチ 人参 薩摩芋 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 バナナ 豆腐 青葱 昆布 味噌	豆乳わらびもち わらび粉 豆乳 砂糖 水 きな粉 砂糖 牛乳
1 マーボー丼 ・ 15 ピクルス 29 (火)味噌汁	米 豆腐 豚ミンチ 人参 玉葱 青葱 味噌 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉 胡瓜 人参 プチトマト 黄パプリカ 砂糖 塩 酢 白菜 人参 昆布 味噌	焼きポテト じゃが芋 塩 油 牛乳	8 ごはん 焼き大豆ナゲット ・ 22 酢の物 (火)味噌汁	米 水煮大豆 豆腐 鶏ミンチ パン粉 片栗粉 塩 油 キャベツ 法蓮草 胡瓜 人参 わかめ 酢 砂糖 醤油 大根 三度豆 人参 昆布 味噌	マーブルクッキー 小麦粉 卵 マーガリン 砂糖 ココア 牛乳
2 ごはん ・ 筑前煮 16 ・ 三度豆のおかか和え 30 (水)味噌汁	米 鶏こま じゃが芋 人参 ごぼう グリンピース 砂糖 醤油 油 三度豆 鰹節 醤油 ソーメン 法蓮草 人参 昆布 味噌	(2・16日)ジャム蒸しパン 小麦粉 牛乳 卵 マーマレードジャム ベーキングパウダー 砂糖 (30日)トースト 牛乳	23 ロールパン クリームシチュー ・ 野菜サラダ (水)味噌汁	ロールパン 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 油 小麦粉 牛乳 コンソメ キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 酢 胡麻油	☆あじさいゼリー ヨーグルト 寒天 砂糖 ゼラチン ぶどうジュース りんごジュース 牛乳
3 ささみうどん ・ 17 ひじきサラダ (木)	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 キャベツ 人参 ひじき 砂糖 醤油 コーン 胡瓜 シーチキン 水煮大豆 マヨネーズ	おかかおにぎり 米 醤油 鰹節 牛乳	10 ごはん ☆鮭のあけぼの焼き ・ 24 野菜の煮物 (木)味噌汁	米 鮭 人参 マヨネーズ 粉チーズ パセリ 南瓜 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 麩 白菜 青葱 昆布 味噌	(10日)玄米パン (24日) スナックスティックパン 牛乳
4 ごはん 煮魚 ・ 18 切り干し大根 (金)味噌汁	米 鯖 砂糖 醤油 酒 みりん 切干大根 人参 三度豆 砂糖 醤油 油 薩摩芋 玉葱 青葱 昆布 味噌	セサミトースト 食パン マーガリン 砂糖 すり胡麻 牛乳	11 ごはん 高野豆腐の煮物 ・ 25 ブロッコリーの 胡麻和え (金)味噌汁	米 高野豆腐 人参 グリンピース 玉葱 鶏こま 砂糖 醤油 片栗粉 油 ブロッコリー 胡麻 砂糖 醤油 小松菜 玉葱 昆布 味噌	コーン入りホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 マーガリン ベーキングパウダー クリームコーン 牛乳
5 野菜うどん ・ 19 南瓜煮 (土)	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 南瓜 砂糖 醤油	バターロール 牛乳	12 肉うどん ・ 26 野菜のコンソメ煮 (土)味噌汁	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 人参 玉葱 コンソメ	黒糖ロールパン
備 考	9日(水)お弁当保育 ☆ピザ 強力粉 薄力粉 塩 砂糖 ドライイースト ケチャップ マーガリン 油 湯 チーズ コーン ピーマン 玉葱 ☆牛乳				23日(水)お誕生日会 

\*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、きのこ類、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。