



# 6月こんだて



熱量 522 kcal タンパク質 20.5 g (うさぎ・幼児)

吉祥院こども園

	献立	材	料	おやつ		献立	材	料	おやつ
13	ごはん にら入り玉子焼き	米 卵 にら ベーコン 玉葱		あじさいゼリー ぶどう果汁 寒天 ゼラチン 砂糖	6	ごはん 焼き魚	米 鯖 酒		黒糖わらびもち わらび粉 黒砂糖 水 きな粉 砂糖
27	竹輪とわかめの炒め煮	竹輪 わかめ 人参 きゃべつ 白胡麻 醤油 胡麻油			20	きゃべつと油揚げの たいたん	きゃべつ 油揚げ 人参 玉葱 こんにゃく 砂糖 醤油		
(月)	味噌汁	もやし えのき 青梗菜 昆布 味噌		牛乳	(月)	味噌汁	大根 小松菜 しめじ 昆布 味噌		牛乳
14	肉うどん	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 人参 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油		☆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	7	ごはん 豆腐ハンバーグ	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		マーブルクッキー 小麦粉 卵 マーガリン
28	パンプキンサラダ	南瓜 胡瓜 人参 玉葱 ハム 油 砂糖 醤油 酢 胡麻油		醤油 みりん 白胡麻 牛乳	21	じゃが芋と野菜の おかか和え	じゃが芋 玉葱 人参 ピーマン 砂糖 醤油 花鰹		砂糖 ココア
(火)					(火)	味噌汁	白菜 えのき わかめ 昆布 味噌		牛乳
1	ごはん 麻婆豆腐	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		(1・15日)バインケーキ 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	(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		ヨーグルト バナナ
15	三度豆の醤油マヨ和え	三度豆 醤油 マヨネーズ			22	カラフルソテー	赤パプリカ 黄パプリカ 人参 きゃべつ 玉葱 ベーコン コンソメ 油 薄口醤油		
29	味噌汁	キャベツの なめこ わかめ 昆布 味噌			(水)	コンソメスープ	玉葱 人参 ウインナー 昆布 コンソメ		牛乳
2	ごはん 鶏の胡麻焼き	米 鶏もも肉 酒 醤油 みりん 白胡麻		(2・16日)きな粉ラスク 食パン きな粉 砂糖 マーガリン	9	ごはん 南瓜の煮物	米 豚肉 南瓜 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油		サーターアンダギー 小麦粉 卵 黒砂糖 ラード
16	大根の煮物	大根 人参 こんにゃく さつま揚げ 砂糖 醤油 油			23	めざし	めざし		牛乳 油 ベーキングパウダー
30	味噌汁	ソーメン 法蓮草 玉葱 昆布 味噌		(30日)水無月 牛乳	(木)	味噌汁	豆腐 小松菜 玉葱 昆布 味噌		牛乳
3	ごはん ☆赤魚の竜田揚げ	米 赤魚 みりん 酒 醤油 片栗粉 油		焼きポテト じゃが芋 塩 油	10	ごはん クリームシチュー	米 鶏こま肉 じゃが芋 人参 玉葱 シチュールウ 小麦粉 コンソメ		☆ツナサンド 食パン シーチキン缶 マヨネーズ
17	野菜の海苔和え	きゃべつ 法蓮草 人参 竹輪 胡瓜 海苔 砂糖 醤油			24	野菜サラダ	きゃべつ 胡瓜 人参 ベーコン コーン 砂糖 醤油 酢 胡麻油		牛乳
(金)		麩 さつま揚げ 人参 昆布 味噌		牛乳	(金)				
4	ささみうどん	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		黒糖ロールパン	11	焼きうどん	うどん 豚肉 油 きゃべつ 人参 もやし ピーマン 花鰹 薄口醤油		バターロールパン
18	薩摩芋の土佐煮	薩摩芋 砂糖 醤油 花鰹			25	味噌汁	大根 人参 ねぎ 昆布 味噌		
(土)				牛乳	(土)				牛乳

備 考		30日(木)水無月 白玉粉 片栗粉 小麦粉 水 砂糖 小豆缶		22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。