



6月こんだて

熱量 396 kcal タンパク質 16.9 g (ひよこ) 吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
3	ごはん 豆腐の中華風煮	米 豆腐 豚肉 人参 玉葱 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉	あじさいゼリー ぶどう果汁 寒天 ゼラチン	10	ごはん 煮物	米 豚肉 人参 玉葱 薩摩芋 グリンピース 砂糖 醤油	チヂミ 小麦粉 片栗粉 卵 水 油 玉葱 鶏ミンチ
17	ゆで卵	卵	砂糖	24	バナナ	バナナ	ニラ 人参 醤油 酢 砂糖 胡麻油 ごま
(月)	味噌汁	薩摩芋 わかめ 人参 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(月)	かきたま汁	卵 法蓮草 人参 昆布 鰹節 味噌	牛乳
4	かしわうどん	うどん 鶏肉 人参 青葱 砂糖 醤油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油	ゆかりおにぎり 米 ゆかり	11	ごはん 鮭のタルタル焼き	米 鮭 卵 玉葱 マヨネーズ バセリ	ベーكدポテト じゃが芋 チーズ マーガリン
18	ジャーマンポテト	じゃが芋 玉葱 人参 コンソメ 油		25	野菜のソテー	キャベツ 人参 玉葱 赤パプリカ 黄パプリカ コンソメ 油 薄口醤油	
(火)			牛乳	(火)	味噌汁	豆腐 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳
5	ごはん 鶏の照り煮	米 鶏もも肉 砂糖 醤油	(5日)和風ラスク 食パン 青のり マーガリン	12	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	スナックスティックパン
19	スティック野菜	人参 胡瓜 大根 マヨネーズ	(19日)ミルクロール		パンキンサラダ	南瓜 胡瓜 人参 玉葱 砂糖 醤油 酢 胡麻油	
(水)	味噌汁	大根 玉葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(水)	味噌汁	麩 小松菜 昆布 鰹節 味噌	牛乳
6	ごはん 豚じゃが	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油	黒糖わらびもち わらび粉 黒砂糖 水 きな粉 砂糖	13	ごはん 鶏の照り煮	米 鶏もも肉 酒 みりん 砂糖 醤油	シュガーサンド 食パン 砂糖 マーガリン
20	たたきごぼう	ごぼう 砂糖 醤油 すり胡麻		27	マカロニのケチャップ炒め	マカロニ 人参 玉葱 ピーマン コーン コンソメ ケチャップ 油	
(木)	味噌汁	もやし 小松菜 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(木)	味噌汁	白菜 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳
7	ごはん 煮魚	米 鯛 砂糖 醤油	ジャム蒸しパン 小麦粉 牛乳 卵 砂糖 苺ジャム ベーキングパウダー	14	ごはん クリームシチュー	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 小麦粉 コンソメ 牛乳 油	塩おにぎり 米 塩
21	白菜の煮物	白菜 人参 玉葱 砂糖 醤油		28	ピクルス	大根 胡瓜 人参 砂糖 塩 酢	
(金)	澄まし汁	豆腐 わかめ 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳	(金)			牛乳
8	かやくうどん	うどん 法蓮草 人参 卵 油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油	ぶどうパン	1	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
22	薩摩芋サラダ	薩摩芋 人参 胡瓜 玉葱 マヨネーズ		15			
(土)			牛乳	29	南瓜煮	南瓜 砂糖 醤油	
備 考				26日(水)誕生会 *わかめごはん 米 わかめ 砂糖 醤油 白胡麻 *豆腐ハンバーグ 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 *パンキンサラダ 南瓜 胡瓜 人参 玉葱 油 砂糖 醤油 酢 胡麻油 *味噌汁 麩 小松菜 昆布 鰹節 味噌 (おやつ) *スナックスナックパン*牛乳			

*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、ひよこぐみは、発芽玄米、麦、きのこと類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、筍、ヨーグルト、ウインナー、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。