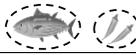




2023年 6月度 段上幼稚園メニュー (こじかクラブ)

今日の卵の食材は
6/5(月) かつおかツタルソースと
6/14(水) オクラ入りのツナサラダです。



平均栄養価	エネルギー468Kcal 脂質16.5g	タンパク質16.5g カルシウム184mg
-------	-------------------------	--------------------------

<アレルギー表示> ●卵(アレルギー対応方法) > *そばの入った食材は使用しておりません。

日付	曜日	献立名	材 料				食器
			黄◇ 力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑◇ からだの糖子を蓄えるもの 野菜類・海藻類・くだもの類	その他	
1	木	トンカツ 春雨サラダ ちくわの甘辛焼 麦入りごはん ミニゼリー 牛乳・いりこ・お茶	油 春雨・油・砂糖 油・砂糖 米(国産)・押麦 一口ゼリー	トンカツ ちくわ 牛乳・いりこ	ブロッコリー・人参	中濃ソース 酢・醤油 醤油・本みりん 麦茶	
2	金	味噌ラーメン 春巻 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	ラーメン・油 油	豚肉・合わせみそ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・キャベツ・ 小松菜・にんにく・しょうが 春巻 バナナ	醤油・丸鶏がらスープ・塩 麦茶	丼 小皿
5	月	かつおかツタルソース 切干大根サラダ 麦入りごはん 貝だくさんスープ 牛乳・いりこ	油・マヨネーズタイプ(卵不使用)・砂糖 砂糖・調合ごま油 ロールパン さつま芋	カツオカツ 牛乳・いりこ	しば漬・ドライパセリ 切干大根・人参・さやいんげん・白菜 玉ねぎ・コーン・わかめ	酢・塩 醤油・酢・本みりん チキンコンソメ 麦茶	給食 椀
7	水	焼チキン南蛮 昆布イリチー 麦入りごはん 味噌汁 牛乳・いりこ	でん粉・油・砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油・砂糖 米(国産)・押麦 おつゆ麩	鶏肉 油揚げ 合わせみそ 牛乳・いりこ	にんにく・玉ねぎ・きゅうり 細切昆布・切干大根・ 干しいたけ・人参・ さやいんげん 小松菜	塩・料理酒・酢・醤油 醤油・本みりん・だし だし 麦茶	給食 椀
8	木	サバの味噌照焼 ビーフソテー 胡瓜とわかめの酢の物 ウインナーと野菜のソテー 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	砂糖・油 ビーフン・油 砂糖 油 米(国産)・押麦	さば・合わせみそ ウインナー 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・ピーマン きゅうり・わかめ キャベツ	本みりん・料理酒 丸鶏がらスープ 酢・醤油 チキンコンソメ 麦茶	
9	金	麻婆丼 ナムル わかめスープ フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 白ごま・砂糖・調合ごま油	豆腐・豚ひき肉・みそ 牛乳・いりこ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・グリーンピース 緑豆もやし・人参・さやいんげん・にんにく わかめ・白菜 オレンジ	醤油・料理酒・丸鶏がらスープ 醤油・塩 丸鶏がらスープ 麦茶	丼 小皿 椀
12	月	チキンパン粉焼 ポテトサラダ 麦入りごはん 貝だくさんスープ 牛乳・かみかみこんぶ	油・砂糖 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	チキンのパン粉焼(バジル) 牛乳	きゅうり・人参・玉ねぎ ブロッコリー・白菜・コーン・小松菜	トマトケチャップ 塩 チキンコンソメ 麦茶	給食 椀
14	水	カレーライス オクラ入りツナサラダ オレンジかん 牛乳・いりこ	米(国産)・じゃが芋・油 玉ねぎドレッシング 砂糖	牛肉 ツナフレーク 牛乳・いりこ	にんにく・しょうが・玉ねぎ・人参 オクラ・コーン・キャベツ 寒天・オレンジジュース	カレーフレーク・トマトケチャップ・ウスターソース 麦茶	給食 小皿
15	木	チキングリル コールスローサラダ 大根の洋風煮 ツナとブロッコリーのソテー 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	小麦粉・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 米(国産)・押麦	鶏肉 ツナフレーク 牛乳・いりこ	キャベツ・きゅうり・人参・玉ねぎ 大根・コーン ブロッコリー	塩・チキンコンソメ 塩 チキンコンソメ チキンコンソメ 麦茶	

*の日はお楽しみメニュー

*ちくわ・ウインナーは卵・乳成分が含まれていない製品を使用しております。

日付	曜日	献立名	材 料				食器
			黄◇ 力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑◇ からだの糖子を蓄えるもの 野菜類・海藻類・くだもの類	その他	
16	金	豚五目うどん ちくわの磯辺揚 フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	うどん 小麦粉・油	豚肉 ちくわ 牛乳・いりこ		白米・えのきたけ・人参・ほうれん草 あおさのり バナナ 麦茶	丼 小皿
19	月	ミートボールバーベキュー風 マセドアンサラダ ロールパン 豆乳スープ 牛乳・いりこ	油・砂糖 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) ロールパン でん粉	チキンボール ウインナー 豆乳 牛乳・いりこ		人参・玉ねぎ コーン・ブロッコリー チキンコンソメ	給食 椀
21	水	サバの塩こうじ焼 いんげん豆とまやしのお浸し 麦入りごはん 豚汁 牛乳・いりこ	油 米(国産)・押麦	さば 牛乳・いりこ	さやいんげん・緑豆もやし・人参	塩こうじ 醤油・本みりん・だし	給食 椀
22	木	フライドチキン 大根サラダ ちくわとキャベツのソテー 麦入りごはん ミニゼリー 牛乳・いりこ・お茶	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)・でん粉・油 油・砂糖 油 米(国産)・押麦 一口ゼリー	鶏肉 ちくわ 牛乳・いりこ	にんにく・しょうが 大根・きゅうり・黄パプリカ キャベツ・ピーマン	丸鶏がらスープ 酢・醤油 チキンコンソメ 麦茶	給食 椀
23	金	スバグティミートソース キャベツのサラダ 野菜コロッケ スープ 牛乳・いりこ	スバグティ・オリーブ油・油・砂糖 砂糖・オリーブ油 野菜コロッケ・油	豚ひき肉・大豆ミンチ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・ドライパセリ キャベツ・人参・コーン 大根・小松菜	赤ワイン(調理用)・醤油・塩・ トマトケチャップ・ウスターソース 酢・塩 チキンコンソメ 麦茶	給食 椀
26	月	豚とキャベツの味噌炒め 和風サラダ チキンナゲット かぼちゃの甘煮 麦入りごはん 牛乳・いりこ・お茶	油 油 砂糖 米(国産)・押麦	みそだれ豚カルビ ●チキンナゲット(←ハムカツ) 牛乳・いりこ	キャベツ・人参・玉ねぎ 白菜・きゅうり かぼちゃ	醤油 青じそドレッシング 麦茶	
28	水	マーメイドチキン マカロニサラダ 麦入りごはん スープ メロンゼリー 牛乳・いりこ	小麦粉・油・マーメイド マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦 メロンゼリー	鶏肉 ちくわ 牛乳・いりこ	しょうが きゅうり・人参 ブロッコリー・緑豆もやし	塩・醤油・本みりん 塩 チキンコンソメ 麦茶	給食 椀
29	木	ハムカツ ほうれん草と白菜のゆかり和え アスパラソテー 麦入りごはん フルーツ(オレンジ) 牛乳・いりこ・お茶	油 油 米(国産)・押麦	ハムカツ 牛乳・いりこ	ほうれん草・白菜 グリーンアスパラガス・玉ねぎ・コーン・人参 オレンジ	ゆかり チキンコンソメ 麦茶	
30	金	焼豚チャーハン ちくわとわかめのサラダ 中華スープ フルーツ(バナナ) 牛乳・いりこ	米(国産)・油 油・砂糖	焼豚・●卵そぼろ(←なし) ちくわ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・小松菜 わかめ・きゅうり・人参 白菜・ブロッコリー バナナ	焼豚醤油ラーメンスープ・丸鶏がらスープ・塩 酢・醤油 丸鶏がらスープ 麦茶	給食 椀