



6月 給食予定献立表(新高山めぐみ幼稚園)



2019年

日	曜	献立	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる	(その他の食品)
3	月	ささみの米粉揚げ プチトマト 切干大根の炒め煮 豆ごはん 麩と玉葱のみそ汁 白桃缶 <p>みんながお手伝いしてくれたお豆さんだよ!</p> <p>和メニュー</p>	ささみ/油揚げ/みそ	米粉・油/砂糖・米/麩	しょうが/プチトマト/切干大根 人参・インゲン・さやえんどう 玉葱/白桃缶	醤油・みりん・だし うすくちしょうゆ
4	火	ころきしめん(冷たいきしめん) 豚肉のどて煮風 ロールケーキ <p>なごやめし</p>	かまぼこ・わかめ 花かつお/豚肉・みそ	きしめん/里芋・砂糖 ロールケーキ	ほうれん草/ねぎ・大根・蒟蒻 人参・インゲン	醤油・みりん・だし・塩
5	水	トルコライス(ピラフ・ヒレカツ・ケチャップスパ・デミグラスソース) 若布スープ メロン <p>ご当地グルメ長崎</p>	ウインナー・ヒレカツ わかめ	米・油・スパゲティ	玉葱・ミックスベジタブル キャベツ/胡瓜/貝割れ/メロン	コンソメ・こしょう・塩 ケチャップ デミグラスソース・だし
6	木	しらすと梅とごまの混ぜご飯 千草焼き パンプキンサラダ キャベツと若布のみそ汁 パイン缶 <p>6/6は「梅の日」</p>	しらす干し/卵・鶏肉 わかめ・みそ	米・白ごま/油・片栗粉 マヨネーズ	梅干し/ほうれん草・人参・椎茸 南瓜・胡瓜・玉葱/キャベツ パイン缶	だし・醤油・みりん
7	金	発芽玄米ごはん 昆布納豆 白身魚の田楽 トマト 具沢山のスープ オレンジ <p>マクロビオティックの日</p>	米・発芽玄米/ごま昆布・納豆・醤油・ねぎ 白身魚・みそ・砂糖・みりん・だし/トマト 大根・油揚げ・人参・わかめ・ごぼう・だし・塩・油 オレンジ			
10	月	鰯のレモンしょうゆ焼き ひじきの炒め煮 ごはん 花麩と貝割れのお吸い物 パイン缶 <p>和メニュー</p>	さわら/ひじき・油揚げ	油・砂糖/米/花麩	レモン/人参・グリーンピース 貝割れ/パイン缶	醤油・みりん・だし
11	火	鶏の照り焼き ごはん 三色野菜のごまよごし じゃが芋と油揚げのみそ汁 白桃缶 <p>和メニュー</p>	鶏肉/油揚げ・みそ	油/米/すりごま・砂糖 じゃが芋	しょうが/もやし・胡瓜・人参 白桃缶	みりん・醤油・だし
12	水	回鍋肉 揚げ餃子 ごはん 中華スープ 黄桃缶 <p>中華の日</p>	豚肉・みそ/餃子/わかめ	砂糖・ごま油/油/米	にんにく/しょうが・キャベツ 人参・ピーマン・椎茸/コーン 黄桃缶	みりん・中華味・醤油
13	木	お野菜たっぷり豆腐ハンバーグ マカロニソテー 十五穀米 大根とわかめのみそ汁 オレンジ <p>マクロビオティックの日</p>	木綿豆腐・豆プラス・玉葱・椎茸・油/パン粉・ケチャップ・ソース・塩・こしょう マカロニ・コーン・インゲン・ケチャップ・油・塩・こしょう 米・雑穀、五穀/大根・わかめ・みそ・だし/オレンジ			
14	金	カレーライス チキンカツ コールスロー メロン <p>カレーの日</p>	豚肉/チキンカツ	米・油・じゃが芋 カレールウ	玉葱・人参/キャベツ・胡瓜 コーン/メロン	手作りドレッシング
17	月	豚肉の生姜炒め トマト じゃが芋の揚げ煮 ごはん 切干大根と若布のみそ汁 一口大福 <p>6/16は「和菓子の日」でした。</p> <p>和メニュー</p>	豚肉/わかめ・みそ	砂糖・油/じゃが芋/米 大福	玉葱・しょうが/トマト/切干大根	醤油・みりん・だし
18	火	自分でムキムキ!!枝豆ごはん すずきの鍋照り焼き 三色ナムル なすと油揚げのみそ汁 さくらんぼ <p>みんながお手伝いしてくれたお豆さんだよ!</p> <p>薬膳料理</p> <p>6/17は「さくらんぼの日」でした</p>	すずき/油揚げ・みそ	小麦粉・油/白ごま・ごま油 米・発芽玄米	えだまめ/もやし・人参・青菜 なす/さくらんぼ	醤油・みりん・だし
19	水	豆腐の付け焼き 切昆布煮 ごはん 具沢山のみの汁 黄桃缶 <p>毎月19日は「食育の日」でした</p>	木綿豆腐/糸切昆布 油揚げ・みそ	米/油/砂糖 里芋	人参 インゲン/大根・蒟蒻・ねぎ 黄桃缶	塩・醤油・みりん・だし
20	木	鶏のから揚げ 具沢山のスパゲティサラダ ごはん 白菜と厚揚げのみそ汁 プチゼリー <p>みんな大好きメニュー</p>	鶏肉/ツナ缶/厚揚げ みそ・プチゼリー	片栗粉・油/スパゲティ マヨネーズ・米	しょうが・にんにく/キャベツ 胡瓜・玉葱・コーン・人参/白菜	みりん・醤油・だし
21	金	お野菜たっぷりソース焼きそば 春巻き ふかし芋 パイン缶 <p>めんの日</p>	豚肉/春巻き	焼きそば・油/さつま芋	人参・玉葱・キャベツ/もやし ピーマン・木耳/パイン缶	塩・ソース
25	火	ウインナーと茄子のトマトソーススパゲティ レタスとキャベツのイタリアンマリネ パナナ <p>世界めぐる「イタリア」</p>	ウインナー/ツナ缶	スパゲティ・オリーブ油	なす・玉葱・にんにく/トマト レタス・キャベツ・胡瓜 赤パプリカ/パナナ	ケチャップ・こしょう・塩 手作りマリネ液
26	水	バターロールパン 牛乳 ハンバーグ 具沢山の春雨サラダ オレンジ <p>パンの日</p>	牛乳/ハンバーグ/ツナ缶	ロールパン/油/春雨 マヨネーズ	胡瓜・玉葱・人参・コーン オレンジ	ケチャップ・ソース
27	木	発芽玄米ごはん しらす納豆 車麩で肉じゃが 具沢山の味噌汁 メロン <p>マクロビオティックの日</p>	米・発芽玄米/しらす干し・納豆・醤油・ねぎ・白ごま 車麩・じゃが芋・玉葱・人参・糸蒟蒻・グリーンピース・油・砂糖・醤油・みりん 厚揚げ・大根・ごぼう・人参・ねぎ・みそ・だし/メロン			
28	金	フライドチキン カレー風味のジャーマンポテト ごはん 花野菜のスープ ゼリーアラモード <p>おたんじょう会</p>	鶏肉/ウインナー/ゼリー ホイップクリーム	小麦粉・油/じゃが芋/米	しょうが・にんにく/玉葱 ピーマン/ブロッコリー カリフラワー・人参/みかん缶 パイン缶	こしょう・塩・純カレー・だし

材料等の都合により献立を変更することがございます。