



6月 給食予定献立表(新高山めぐみ幼稚園)



2021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) |
|----|---|--|--|---------------------------------|---|-----------------------------|
| 1 | 火 | 鶏牛蒡風混ぜご飯 鰯の付け焼き キャベツと油揚げの煮浸し じゃが芋と若布のみそ汁 パイン缶 | 米・発芽玄米・豆プラス・ごぼう・グリーンピース・だし・醤油・みりん・油 さわら・醤油・みりん・油/キャベツ・人参・油揚げ・砂糖・みりん・醤油・だし じゃが芋・わかめ・みそ・だし/パイン缶 | | | |
| 2 | 水 | 焼き肉 もやしのナムル ごはん 中華スープ オレンジ | 豚肉/わかめ | 油・砂糖/白ごま・ごま油 米 | にんにく・しょうが・玉葱・人参 椎茸・ピーマン/もやし/ねぎ オレンジ | 醤油・みりん・塩・こしょう 中華味 |
| 3 | 木 | 鶏のから揚げ 具沢山のマカロニサラダ ごはん 茄子と油揚げのみそ汁 黄桃缶 | 鶏肉/ツナ缶/油揚げ みそ | 片栗粉・油/マカロニ マヨレ/米 | しょうが・にんにく/ブロッコリー 胡瓜・コーン・玉葱/なす 黄桃缶 | みりん・醤油・だし |
| 4 | 金 | 十五穀米 ひじきと椎茸入りミートボール 野菜サラダ 切干大根と若布のみそ汁 食べる小魚(ごま含む) | 鶏肉/ひじき/わかめ・みそ 食べる小魚 | 米・ごま麦入り雑穀米 片栗粉・油/マヨレ | 椎茸・小松菜・玉葱/トマト・胡瓜 キャベツ/切干大根 | みりん・醤油・だし |
| | | 今日は「虫歯予防デー」です。 カミカミメニューだよ! | | | | |
| 7 | 月 | ふわふわ卵のしらす丼 キャベツと人参のおかか和え 麩とわかめのすまし汁 パイン缶 | 卵・しらす干し・焼きのり 花かつお/わかめ | 米・いりごま・砂糖/麩 | ミニネギ/キャベツ・人参 パイン缶 | みりん・醤油・だし |
| 8 | 火 | 発芽玄米入りひじきごはん 大豆ミートのから揚げ 茄子のごまよごし もやしと油揚げのみそ汁 オレンジ | 米・発芽玄米・豆プラス・ひじき・人参・グリーンピース・油・みりん・砂糖・醤油・だし 大豆ミート・しょうが・にんにく・みりん・醤油・片栗粉・油/ナス・豆腐・赤パプリカ・すりごま・醤油・砂糖 もやし・油揚げ・みそ・だし/オレンジ | | | |
| 9 | 水 | チキンチキンごぼう ケンチョー(田舎煮) ごはん 貝割れと玉葱のみそ汁 プチゼリー | 鶏肉/木綿豆腐/みそ プチゼリー | 片栗粉・油・砂糖/米 | ごぼう・えだまめ/大根・人参 貝割れ・玉葱 | 塩・こしょう・みりん・醤油 だし |
| | | ご当地メニュー 「山口県」 | | | | |
| 10 | 木 | 煮込みハンバーグ フライドポテト スチームブロッコリー ごはん コンソメスープ キャンディチーズ | ハンバーグ/わかめ キャンディチーズ | 油/じゃが芋/米 | 玉葱・しめじ・トマト水煮 ブロッコリー/豆腐 | ケチャップ・ソース・塩 こしょう・コンソメ |
| 11 | 金 | ミートソーススパゲティ ポイルドウインナー コールスロー パイナップル | 牛肉・豚肉/ウインナー | スパゲティ・油 | 玉葱・人参・ピーマン・椎茸 コーン・キャベツ・胡瓜 パイナップル | ケチャップ・ソース・コンソメ 手作りドレッシング |
| 14 | 月 | チキンカツ 切干大根の炒め煮 ごはん 白菜と若布のみそ汁 黄桃缶 | チキンカツ/油揚げ わかめ・みそ | 油/砂糖/米 | 切干大根・人参・青菜 白菜/黄桃缶 | 醤油・だし・みりん |
| 15 | 火 | ポークジンジャー 高野豆腐の含め煮 ごはん 里芋と貝割れのみそ汁 パイン缶 | 豚肉/高野豆腐 みそ | 油・砂糖/米/里芋 | 玉葱・しょうが/インゲン 椎茸・人参/貝割れ パイン缶 | 醤油・みりん・だし |
| 16 | 水 | 肉入り野菜炒め 白身魚フライ ごはん もずくスープ プチゼリー | 豚肉/白身フライ プチゼリー | ごま油/油/米 | もやし・キャベツ・赤パプリカ 黄パプリカ・木耳/もずく | 塩・こしょう・醤油・中華味 |
| | | 野菜を もりもり食べよう! | | | | |
| 17 | 木 | 冷やし中華 タラの天ぷら ブロッコリーの胡麻和え 食べる小魚(ごま含む) | ツナ缶・わかめ/タラ 食べる小魚 | ラーメン/小麦粉・油 すりごま | もやし・胡瓜・赤パプリカ 黄パプリカ/ブロッコリー・人参 | 冷やし中華のたれ・醤油 |
| 18 | 金 | みんなでムキムキ! 枝豆ごはん すずきの照り焼き 三色野菜の昆布和え オクラと油揚げのみそ汁 さくらんぼ | すずき/油揚げ・みそ | 米/砂糖・油 | えだまめ/キャベツ・胡瓜 人参・塩昆布/オクラ/さくらんぼ | 塩・醤油・みりん・だし |
| | | 菜膳料理 明日、6月19日は 食育の日 | | | | |
| 21 | 月 | 麻婆飯 春巻き 野菜スープ 黄桃缶 | 豚肉・木綿豆腐/春巻き | 米・砂糖・ごま油・片栗粉 油 | 玉葱・椎茸・グリーンピース キャベツ・人参・えのき・青菜 黄桃缶 | みりん・醤油・中華味 |
| 22 | 火 | 味噌カツ キャベツ入りスパサラダ ごはん 花麩と三つ葉のお吸い物 手作りいろいろ | トンカツ・みそ | 油・砂糖/スパゲティ マヨレ/米/花麩/米粉 砂糖 | キャベツ・玉葱・人参・胡瓜 コーン/三つ葉 | みりん・だし・醤油・塩 |
| | | ご当地メニュー 「名古屋」 | | | | |
| 23 | 水 | 鶏の鍋照り焼き 糸切昆布の煮付け ごはん 玉葱と油揚げのみそ汁 キャンディチーズ | 鶏肉/糸切昆布・ちくわ 油揚げ・みそ キャンディチーズ | 砂糖・片栗粉・油/米 | インゲン・人参/玉葱 | 醤油・みりん・だし |
| 24 | 木 | 発芽玄米ごはん 赤魚の付け焼き めかぶ納豆 具沢山ののみそ汁 パイン缶 | 米・発芽玄米/赤魚・醤油・みりん・油 納豆・めかぶ/わかめ・いりごま・醤油 油揚げ・里芋・大根・人参・ごぼう・ねぎ・みそ・だし/パイン缶 | | | |
| 25 | 金 | カレーライス ツナサラダ ストロベリーヨーグルト | 豚肉/ツナ缶/ヨーグルト | 米・油・じゃが芋 カレーパウダー/いちごジャム | 玉葱・人参/キャベツ・胡瓜 赤パプリカ・黄パプリカ | 手作りドレッシング |
| 28 | 月 | 園で焼き立て! メロンパン コーンコロッケ ブロッコリーのソテー 牛乳 黄桃缶 | コーンコロッケ/牛乳 | メロンパン/油 | ブロッコリー・赤パプリカ・黄パプリカ ピーマン・しめじ/黄桃缶 | 塩・こしょう |
| 29 | 火 | フリフリチキン(BBQチキン) 焼き野菜(南瓜・ピーマン) ごはん 玉葱と貝割れのスープ ホイップonパインケーキ | 鶏肉/ホイップクリーム | 砂糖・油/米/ケキミックス | しょうが・にんにく/南瓜 ピーマン/玉葱・貝割れ パイン缶 | ケチャップ・醤油・塩 こしょう・コンソメ |
| | | 世界味めぐり 「ハワイ」 | | | | |
| 30 | 水 | チャーハン 揚げ餃子 具沢山の春雨スープ パナナ | 鶏肉/餃子 | 米・油/春雨・ごま油 | 玉葱・人参・ねぎ/椎茸 キャベツ・ピーマン・赤パプリカ パナナ | 塩・こしょう・中華味 |

材料等の都合により献立を変更することがございます。