



6月 給食予定献立表(新高山めぐみ幼稚園/2.3号認定)



2024年

日 曜	屋 食	おやつ	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)	エネルギー
3 月	白身魚フライ 切干大根の和風マヨ ごはん 麩と玉葱のみそ汁 黄桃缶	レモンケーキ	白身魚フライ わかめ・みそ	油/すりごま/米 麩/ケーキミックス	切干大根・人参/玉葱 黄桃缶/レモン	マヨドレ・醤油・だし	537
4 火	中華風玉子焼き 拌三絲 ごはん 白菜とニラの中華スープ パイナップル	のり塩ポテト	卵・鶏肉/ツナ缶 あおのり粉	油・砂糖・片栗粉 春雨・ごま油/米 じゃが芋	赤パプリカ・ねぎ・木耳 胡瓜・人参/白菜・にら パイナップル	醤油・みりん・中華味 酢・塩	550
5 水	わかめごはん チキンチキンごぼう ケンチョー(田舎煮) キャベツと油揚げのみそ汁 オレンジ	きな粉マカロニ	わかめ/鶏肉・えだまめ 木綿豆腐/油揚げ・みそ きな粉	米・白ごま/片栗粉・油 砂糖/マカロニ・砂糖	ごぼう/大根・人参 キャベツ/オレンジ	塩・こしょう・醤油 みりん・だし	615
6 木	梅としらすの混ぜごはん 豚肉の生姜炒め 煮豆 青菜とえのきのみそ汁 プチゼリー	ストロベリー ヨーグルト	しらす干し/豚肉 大豆/みそ/プチゼリー ヨーグルト	米・白ごま/油・砂糖 いちごジャム	梅干し/玉葱・人参 ピーマン・しょうが 青菜・えのき	醤油・みりん・だし	569
7 金	味付けロールパン 牛肉コロッケ 蓮根入り和風サラダ 牛乳 食べる小魚	ミルクケーキ	牛肉コロッケ/牛乳 食べる小魚	味付けロールパン/油 ミルクケーキ	蓮根・キャベツ・胡瓜 コーン・人参	8大アレルゲン不使用 ゴマドレッシング	475
10 月	タラの和風カレーあん スパゲティサラダ ごはん 大根と油揚げのみそ汁 キャンディチーズ	ドーナツ	タラ/ツナ缶/油揚げ みそ/キャンディチーズ	油・砂糖・片栗粉 スパゲティ/米 ケーキミックス	玉葱・椎茸/キャベツ 胡瓜・人参/大根	塩・こしょう・純カレー 醤油・だし・マヨドレ	584
11 火	メンチカツ 磯煮 ごはん 具沢山のみそ汁 白桃缶	手作りクッキー	メンチカツ/ひじき・ちくわ 油揚げ・みそ	油/砂糖/米/里芋 小麦粉 砂糖・油	人参・インゲン/白菜 大根・ごぼう・ねぎ 白桃缶	醤油・みりん・だし 塩・バニラエッセンス	838
12 水	お野菜たっぷりソース焼きそば 揚げ餃子 若布スープ バナナ	菜めしおにぎり	豚肉/餃子/わかめ	焼きそば/油/米	キャベツ・もやし・玉葱・人参 木耳/バナナ/菜めしの素	ソース・醤油・だし	633
13 木	松風焼き レタスと胡瓜の甘酢 ごはん 花麩とオクラのお吸い物 パン缶	ホットケーキ	鶏肉・木綿豆腐・みそ	パン粉・砂糖・いりごま 油/米/花麩 ケーキミックス・シロップ	玉葱・ねぎ・しょうが 胡瓜・レタス・人参 キャベツ/オクラ パン缶	醤油・みりん・酢 塩・だし	547
14 金	ブルコギ炒め丼 三色ナムル じゃが芋と若布のみそ汁 オレンジ	青りんごゼリー	豚肉/わかめ・みそ ゼリーの素	米・春雨・ごま油 砂糖・白ごま じゃが芋	玉葱・白菜・人参/青菜 もやし・赤パプリカ オレンジ	醤油・みりん・塩 こしょう・だし	456
17 月	ぶりの照り焼き キャベツのそぼろ煮 ごはん 切干大根と油揚げのみそ汁 プチゼリー	プレーンケーキ	ぶり/鶏肉/油揚げ みそ/プチゼリー	油/砂糖/米 ケーキミックス	キャベツ・玉葱・人参 切干大根	醤油・みりん・だし	407
18 火	チキンカツ しらす入り白菜のごまよごし ごはん 青菜としめじのみそ汁 黄桃缶	ハッシュドポテト	チキンカツ/しらす干し みそ	油/すりごま・砂糖 ごま油/米/ハッシュドポテト	白菜・人参/青菜・しめじ 黄桃缶	ケチャップ・醤油 だし・塩	541
19 水	包まないキャベツたっぷり焼売 マカロニサラダ ごはん なすと油揚げのみそ汁 オレンジ	フルーチェ (いちご)	鶏肉/ツナ缶/油揚げ みそ/牛乳	片栗粉・ごま油 焼売の皮/マカロニ 米/フルーチェの素	キャベツ・玉葱・人参 椎茸・しょうが・にんにく 胡瓜・コーン/なす オレンジ	塩・こしょう・醤油 みりん・マヨドレ・だし	523
20 木	自分でムキムキ! 枝豆ごはん 肉入り野菜炒め ミニ野菜コロッケ かきたま汁 食べる小魚	中華風カステラ	えだまめ・豚肉 野菜コロッケ/卵 食べる小魚	米/油/片栗粉 ケーキミックス・ごま油	キャベツ・もやし・人参・木耳 しょうが・にんにく/ねぎ レーズン	塩・こしょう・醤油 だし	624
21 金	カレーライス(麦ごはん) ミックスチーズ コールスロー バナナ	グレープゼリー	豚肉/ミックスチーズ グレープゼリー	米・押麦・油・じゃが芋 カレールウ	玉葱・人参/キャベツ 胡瓜・コーン/バナナ	8大アレルゲン不使用 フレンチドレッシング	594
24 月	五目味噌ラーメン 春巻き 焼売 キャンディチーズ	ゆかりおにぎり	鶏肉/春巻き/焼売 キャンディチーズ	ラーメン/油/米	もやし・青菜・人参・木耳 ゆかりの素	味噌ラーメンスープの素	478
25 火	発芽玄米ごはん 大豆ミートのから揚げ 塩昆布トマト納豆 具沢山のみそ汁 オレンジ	バナナケーキ	米・発芽玄米/大豆ミート・しょうが・にんにく・醤油・みりん・片栗粉・油 納豆・トマト・白ごま・塩昆布	油揚げ・里芋・大根・人参・ねぎ・みそ・だし/オレンジ/バナナ・ケーキミックス			521
26 水	アジのムニエル・タルトソース レタスと若布のサラダ ごはん オクラと厚揚げのみそ汁 バナナ	チーズせんべい	アジ/わかめ/厚揚げ みそ/スライスチーズ	小麦粉・油/米	玉葱・胡瓜・コーン レタス・キャベツ・人参 オクラ/バナナ	塩・こしょう・マヨドレ 8大アレルゲン不使用 フレンチドレッシング だし	561
27 木	煮込みハンバーグ ベイクドポテト おかかブロック ごはん ABCスープ プリンアラモード	コーン蒸しパン	ハンバーグ/花かつお プリン・ホイップクリーム	油・砂糖/じゃが芋 米/マカロニ ケーキミックス	玉葱・しめじ/ブロック 人参/バセリ粉 黄桃缶・パン缶/コーン	ケチャップ・ソース・塩 こしょう・醤油・コンソメ	729
28 金	豚肉のみそマヨ炒め 三色野菜のお浸し ごはん 大根と若布のみそ汁 パイナップル	ブルーベリー ヨーグルト	豚肉・みそ/わかめ みそ/ヨーグルト	油/米 ブルーベリージャム	玉葱・赤パプリカ・黄パプリカ キャベツ・胡瓜・人参 大根/パイナップル	マヨドレ・醤油・だし	511

材料等の都合により献立を変更することがございます。

※「マヨドレ」は卵を使用しない、マヨネーズ風ドレッシングを使用しています。

一日平均給与量 エネルギー:565kcal 脂質:17.5g たんぱく質:17.1g 炭水化物:87.2g 食塩相当量:1.8g