

R6 6月の給食献立表



こんげつのおやさいは「しんじゃが」です



| 日<br>(曜日) | 10・24<br>月  | 11・25<br>火   | 12・26<br>水   | 13・27<br>木   | 14・28<br>金   | 1・15・29<br>土  | 3・17<br>月   | 4<br>火  | 18<br>火  | 5・19<br>水   | 6・20<br>木   | 7・21<br>金   | 8・22<br>土  |
|-----------|---|--|--|--|--|---|---|---|--|---|---|---|--|
| 昼<br>食    | 【冷やしきつねうどん】<br>ゆでうどん<br>かつお・昆布だし汁<br>うすくちしょうゆ<br>しょうゆ<br>酒・みりん・塩<br>油揚げ・砂糖<br>こまつな・にんじん<br>【納豆とじゃこの天ぷら】<br>挽きわり納豆<br>しらす干し・油<br>にんじん<br>たまねぎ<br>てんぷら粉 | 【ごはん】<br>七分つき米<br>【ナゲット】<br>鶏ひき肉・塩<br>木綿豆腐・片栗粉<br>たまねぎ・しょうが<br>にんにく・油<br>【はるさめサラダ】<br>はるさめ・きゅうり<br>にんじん・コーン<br>酢・砂糖・塩・油<br>しょうゆ<br>【すまし汁】<br>油揚げ・しめじ<br>にんじん・ねぎ<br>しょうゆ・塩<br>かつお・昆布だし汁 | 【ごはん】<br>七分つき米<br>☆【かみかみふりかけ】<br>しらす干し・ひじき<br>かつお節・しょうゆ<br>刻みこんぶ<br>みりん・砂糖<br>【いわしのかば焼き】<br>いわし・しょうが<br>酒・片栗粉・油<br>しょうゆ・みりん<br>砂糖<br>【きゅうりともやしの酢の物】<br>もやし・きゅうり<br>鶏ささ身<br>きゅうり・酢<br>カットわかめ<br>砂糖・塩<br>【みそ汁】<br>チンゲンサイ<br>切り干しだいこん<br>かつお・昆布だし汁<br>みそ・にんじん | 【ごはん】<br>七分つき米<br>【ポークカレー】<br>油・豚肉・にんじん<br>たまねぎ・じゃがいも<br>グリーンピース<br>南瓜・塩<br>ノンビーフルー<br>濃厚ソース<br>【ひじき煮】<br>ひじき・にんじん<br>しょうゆ・砂糖<br>油揚げ<br>かつおだし汁 | 【ごはん】<br>七分つき米<br>【鶏つくねのあんかけ】<br>鶏ひき肉・にんじん<br>たまねぎ・しょうが<br>酒・塩・片栗粉<br>油・しょうゆ<br>かつお・昆布だし汁<br>みりん<br>【ほうれん草とコーンのソテー】<br>ほうれん草<br>キャベツ・コーン<br>しめじ・油・塩<br>【みそ汁】<br>かぼちゃ・だいこん<br>ごぼう・みそ<br>かつお・昆布だし汁 | 【中華丼】<br>七分つき米<br>油・豚肉・にんじん<br>たまねぎ・もやし<br>しめじ・コーン<br>はくさい・鶏だし<br>しょうゆ・片栗粉<br>【粉ふき芋】<br>じゃがいも・塩<br>青のり<br>【バナナ】 | 【グリーンピースご飯】<br>七分つき米・酒<br>グリーンピース・塩<br>こんぶ<br>【厚揚げのそぼろ煮】<br>油・にんじん<br>豚ひき肉・れんこん<br>生揚げ・砂糖<br>かつおだし汁<br>しょうゆ<br>【小松菜のおかかあえ】<br>こまつな・もやし<br>にんじん・コーン<br>しょうゆ・砂糖<br>かつお節<br>【みそ汁】<br>油揚げ<br>かつお・昆布だし汁<br>みそ・だいこん<br>カットわかめ | 【ちらし寿司】<br>七分つき米<br>砂糖・塩・酢<br>焼き海苔・にんじん<br>でんぶ・しらす干し<br>グリーンピース<br>【サーモンフライ】<br>さけ・小麦粉・油<br>パン粉・たまねぎ<br>ノンエッグマヨネーズ<br>【すまし汁】<br>トマト・きゅうり<br>ツナ・酢・砂糖<br>しょうゆ<br>【すまし汁】<br>木綿豆腐<br>カットわかめ<br>ねぎ・しょうゆ・塩<br>かつお・昆布だし汁 | 【ごはん】<br>七分つき米<br>【サーモンフライ】<br>さけ・小麦粉・油<br>パン粉・たまねぎ<br>ノンエッグマヨネーズ<br>【トマトのツナ和え】<br>トマト・きゅうり<br>ツナ・酢・砂糖<br>しょうゆ<br>【すまし汁】<br>木綿豆腐<br>カットわかめ<br>ねぎ・しょうゆ・塩<br>かつお・昆布だし汁 | 【ごはん】<br>七分つき米<br>【れんこんハンバーグ】<br>鶏ひき肉・たまねぎ<br>れんこん・パン粉<br>片栗粉・しょうゆ<br>砂糖・酒・みりん<br>【チーズポテトサラダ】<br>じゃがいも・チーズ<br>コーン・にんじん<br>ノンエッグマヨネーズ<br>塩<br>【コーンスープ】<br>チンゲンサイ<br>たまねぎ・油<br>えのきたけ<br>クリームコーン<br>豆乳・塩 | 【ごはん】<br>七分つき米<br>【鶏肉のカレー焼き】<br>鶏もも肉・塩<br>にんにく・しょうゆ<br>砂糖・カレー粉<br>【ブロッコリーの和風和え】<br>ブロッコリー<br>ひじき・ツナ<br>しょうゆ・砂糖<br>ノンエッグマヨネーズ<br>【みそ汁】<br>かぼちゃ・だいこん<br>ごぼう・みそ<br>かつお・昆布だし汁 | 【ごはん】<br>七分つき米<br>【回鍋肉】<br>豚肉・キャベツ<br>たまねぎ・ピーマン<br>油・みそ・しょうゆ<br>砂糖・塩<br>【さつま芋のレモン煮】<br>さつま芋・砂糖<br>レモン果汁<br>【中華スープ】<br>もやし・たまねぎ<br>鶏だし・塩<br>カットわかめ | 【ケチャップライス】<br>七分つき米<br>鶏ひき肉・にんじん<br>たまねぎ・ピーマン<br>油・ケチャップ<br>塩・鶏だし・酒<br>【パスタサラダ】<br>スパゲティ・きゅうり<br>キャベツ・にんじん<br>ノンエッグマヨネーズ<br>【すまし汁】<br>焼きふ・えのき茸<br>ねぎ・しょうゆ・塩<br>かつお・昆布だし汁 |
|           | 【あげぱん】<br>ロールパン・油<br>きな粉・砂糖<br>【にぼし】<br>【牛乳】  | 【フルーツヨーグルト】<br>みかん缶・もも缶<br>バナナ・ヨーグルト<br>【にぼし】<br>【牛乳】  | 【ジャムサンド】<br>食パン・いちごジャム<br>【にぼし】<br>【牛乳】  | 【せんべい】<br>【ゼリー】<br>【にぼし】<br>【牛乳】   | 【フライドポテト】<br>じゃがいも・油・塩<br>【にぼし】<br>【牛乳】  | 【ビスケット】<br>【ミニゼリー】<br>【にぼし】<br>【牛乳】   | 【チヂミ】<br>キャベツ・にら<br>たまねぎ・豚ひき肉<br>小麦粉・片栗粉<br>しょうゆ・鶏だし<br>油<br>【にぼし】<br>【牛乳】  | 【レモンケーキ】<br>小麦粉・砂糖<br>ベーキングパウダー<br>無塩バター・牛乳<br>レモン・粉砂糖<br>【にぼし】<br>【牛乳】   | 【レモンケーキ】<br>小麦粉・砂糖<br>ベーキングパウダー<br>無塩バター・牛乳<br>レモン・粉砂糖<br>【にぼし】<br>【牛乳】  | 【水無月寒天】<br>豆乳・砂糖・寒天<br>餡<br>【にぼし】<br>【牛乳】   | 【豆腐揚げボール】<br>木綿豆腐・キャベツ<br>しらす干し・米粉<br>塩・油・中濃ソース<br>かつお節<br>あおのり<br>【にぼし】<br>【牛乳】  | 【アジサイゼリー】<br>寒天・砂糖<br>ぶどうジュース<br>牛乳<br>【にぼし】<br>【牛乳】  | 【せんべい】<br>【ゼリー】<br>【にぼし】<br>【牛乳】   |

※【にぼし】は幼児のみです

☆は、「かみかみ」メニューです

