

R6 6月の給食献立表



こんげつのおやさいは「しんじゃが じゃがいも」です



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

※【にぼし】は幼児のみです

☆は、「かみかみ」メニューです

