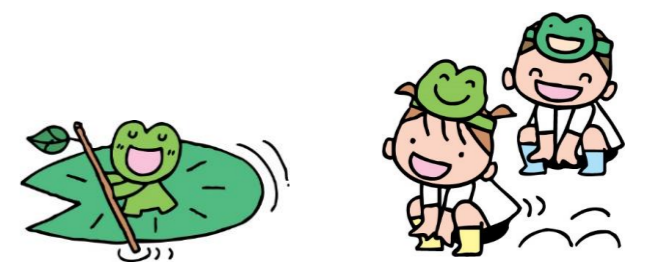




2024年 6月度 ありの藤原幼稚園 メニュー



★ の日はお誕生日メニュー  の日は世界の料理「イタリア」  の日は食の記念日「梅の日」
 <アレルギー表示 ●卵/▲乳/■小麦/▼パイン (→アレルギー対応) 午後おやつは牛乳はお茶に変更 油別対応は献立名に◇を記載>



日曜日	献立名	主な材料と体内での働き			
		主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
3月	鶏肉のおかか焼 がんもの煮物 ほうれん草のツナ入りお浸し 麦入りごはん 味噌汁	鶏肉・かつお節 がんもどき ツナフレーク 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・グリーンピース ほうれん草・人参 キャベツ・万能ねぎ	砂糖・■小麦粉(→なし)・油 砂糖 米(国産)・押麦 ■そうめん(→なし)	醤油・本みりん だし・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし
4火	サバの旨煮 ◇揚さつま芋 ひじきサラダ ごはん 味噌汁	さば 赤みそ・白みそ	しょうが ひじき・人参・ブロッコリー 緑豆もやし・玉ねぎ・しめじ	砂糖 さつま芋・油 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ウスターソース・醤油・料理酒 塩 だし・醤油・本みりん だし
5水	家常豆腐(ジャウツァンドウ) シューマイ 拌三絲(ハンサンサー) ごはん(強化米入) 中華スープ	豚肉・生揚げ・赤みそ ■肉しゅうまい(→なし:蒸しかぼちゃ) ちくわ	人参・玉ねぎ・ピーマン 小松菜 白菜・ニラ・えのきたけ	油・砂糖・でん粉 マロニー・調合ごま油・砂糖・白ごま 米(国産)・強化米(新玄)	醤油・料理酒・中華だし 酢・醤油 中華だし・醤油・塩
6木	梅ちらし 豚ひき肉とじゃが芋の煮物 花麩のすまし汁 フルーツ(オレンジ)	ちくわ・■/●錦糸卵(→なし) 豚ひき肉	練り梅・グリーンピース さやいんげん 玉ねぎ・しめじ オレンジ	米(国産)・砂糖 じゃが芋・砂糖 ■花麩(→なし)	酢 料理酒・醤油・だし だし・醤油・塩
7金	鶏肉の塩こうじ焼 さつま芋サラダ 大根とブロッコリーの和え物 麦入りごはん 味噌汁	鶏肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	コーン・グリーンピース 大根・ブロッコリー・黄パプリカ 玉ねぎ・人参	油 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	塩こうじ 塩 醤油・本みりん・だし だし
10月	ハヤシライス ブロッコリーのツナサラダ フルーツ(パイン)	牛肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・しめじ ブロッコリー・コーン ▼パイン(缶詰)(→ゼリー)	米(国産)・押麦・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 塩	■ハヤシライス(→なし:牛肉のケチャップ炒め) トマトケチャップ 塩
11火	麻婆豆腐 焼さつま芋 インゲンと白菜の中華和え 麦入りごはん 中華スープ	豆腐・豚ひき肉・赤みそ 油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが・玉ねぎ・人参 さやいんげん・白菜 キャベツ・ほうれん草・えのきたけ	油・砂糖・でん粉 さつま芋・油 調合ごま油 米(国産)・押麦	醤油・料理酒・中華だし・塩 塩 醤油・本みりん・中華だし 中華だし・醤油・塩
12水	◇アジのカレー風味揚げ 蒸かぼちゃ 大根と小松菜のおおさけ和え ごはん 味噌汁	あじ 油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが かぼちゃ 大根・小松菜・人参・おおさけのり 玉ねぎ	砂糖・でん粉・油 米(国産) ■おつゆ麩(→なし)	醤油・料理酒・カレーパウダー 醤油・本みりん・だし だし
13木	チキンカチャトラ(イタリア) ウインナーと野菜のソテー マカロニサラダ 麦入りごはん スープ	鶏肉 ウインナー	玉ねぎ・コーン・グリーンピース・トマトピューレ キャベツ・ブロッコリー きゅうり・人参 さやいんげん・ほうれん草・白菜	■小麦粉(→なし)・油・じゃが芋・砂糖 油 米(国産)・押麦	塩・料理用白ワイン・トマトケチャップ・ウスターソース チキンコンソメ チキンコンソメ
14金	サケの塩焼 ひじき豆 チンゲン菜ともやしのおかかマヨ和え ごはん 味噌汁	さけ 大豆 かつお節 豆腐・赤みそ・白みそ	ひじき・人参・グリーンピース チンゲン菜・緑豆もやし 玉ねぎ・かぼちゃ	油 油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	塩 だし・醤油・料理酒 塩 だし

週3回お申込みの方は、  の日が給食日です。

*都合により、献立および材料が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
 その場合は、お知らせさせていただきます。

日曜日	献立名	主な材料と体内での働き			
		主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
17月	◇牛肉コロッケ ウインナーピーズ 切干大根ともやしのナムル 麦入りごはん スープ	ウインナー・大豆 豆腐	玉ねぎ 切干大根・緑豆もやし・人参 ほうれん草・しめじ	■/▲牛肉コロッケ(→なし:鶏肉の竜田揚げ)・油 白ごま・砂糖・調合ごま油 米(国産)・押麦	チキンコンソメ・トマトケチャップ 醤油・塩 チキンコンソメ
18火	アジの蒲焼風 細切昆布の炒め煮 大根の和え物 ごはん 味噌汁	あじ さつま揚げ	細切昆布・玉ねぎ 大根・小松菜・人参 白菜・万能ねぎ	砂糖 油・砂糖 米(国産)	料理酒・醤油・本みりん だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし
19水	鶏肉の甘酢炒め ◇ポテトフライ マロニーのごまマヨサラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 ポテトフライ 赤みそ・白みそ	しめじ・玉ねぎ・人参・ピーマン ブロッコリー・コーン なす・緑豆もやし	でん粉・油・砂糖 ポテトフライ・油 マロニー・白ごま・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) ■おつゆ麩(→なし)	酢・醤油・トマトケチャップ・中華だし 塩 塩 だし
20木	ポークカレー ちくわと野菜のサラダ フルーツ(バナナ)	豚肉・鶏レバー ちくわ	玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり バナナ	米(国産)・じゃが芋・油 油・砂糖	カレーフレーク 酢・醤油
21金	◇サバの味付天ぷら 高野豆腐の煮物 白菜とインゲンのごま和え ごはん(強化米入) 味噌汁	さば 凍り豆腐 赤みそ・白みそ	人参 白菜・さやいんげん・黄パプリカ 玉ねぎ・チンゲン菜	砂糖・■小麦粉(→米粉)・油 砂糖 白ごま 米(国産)・強化米(新玄) ■おつゆ麩(→なし)	醤油・本みりん だし・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし
24月	★ハンバーグデミグラスソース ツナスパゲティ ◇ミニポテトフライ ごはん スープ りんごかん	■/▲ハンバーグ(→鶏肉) ツナフレーク	トマトピューレ 人参・グリーンピース コーン・えのきたけ・小松菜 寒天・りんごジュース	油 ■スパゲティ(→なし)・油 ミニポテト・油 米(国産) 砂糖	料理用赤ワイン・本みりん・トマトケチャップ ■/▲デミグラスソース(→なし) チキンコンソメ チキンコンソメ
25火	豚じゃが ちくわの蒲焼 ブロッコリーのおかか和え 麦入りごはん 味噌汁	豚肉 ちくわ かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・グリーンピース ブロッコリー・赤パプリカ 白菜・さやいんげん	じゃが芋・油・砂糖 油・砂糖 米(国産)・押麦 ■おつゆ麩(→なし)	だし・本みりん・料理酒・醤油 醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし
26水	アジのレモン醤油ソース 大根の煮物 ほうれん草ともやしのおおさけ和え ごはん 味噌汁	あじ 油揚げ・赤みそ・白みそ	レモン果汁 大根・人参 ほうれん草・緑豆もやし・おおさけのり 玉ねぎ・かぼちゃ	■小麦粉(→なし)・油・砂糖 砂糖 米(国産)	塩・酢・醤油・本みりん だし・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし
27木	鶏肉のみそ照焼 厚揚げのとろみ煮 ブロッコリーのツナ和え ごはん すまし汁	鶏肉・白みそ 生揚げ ツナフレーク	グリーンピース ブロッコリー・人参 玉ねぎ・小松菜	砂糖・油 砂糖・でん粉 米(国産) ■そうめん(→なし)	本みりん・料理酒 だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩
28金	中華丼 キャベツの菜種和え 味噌汁	豚肉 ■/●錦糸卵(→なし) 豆腐・赤みそ・白みそ	白菜・玉ねぎ・人参・さやいんげん キャベツ・チンゲン菜 緑豆もやし・しめじ	米(国産)・油・でん粉	中華だし・醤油・塩 醤油・本みりん・だし だし

