

# 6月 給食だより



堯根本幼稚園 R6.5.30

3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)
菜めし 牛乳 けんちん汁 南瓜のあんかけ	しそひじきご飯 牛乳 さつまいもの味噌汁 黒豆	バターコッペ 牛乳 鶏肉の中華炒め 春雨スープ	冷やしうどん 牛乳 コーンのかき揚げ	年長 消防署見学 年中・年少 消防車見学
白米 麦 菜めし 豆腐 あげ 鶏肉 葱 人参 大根 こんにゃく しめじ 醤油 白だし かつお 南瓜 ピース 鶏ミンチ ごま油 生姜 砂糖 みりん 酒	白米 麦 ひじき ゆかり ゴマ さつまいも 玉葱 小松菜 鶏肉 人参 しめじ 生姜 味噌 かつお 黒豆 砂糖 醤油	鶏肉 塩 胡椒 片栗粉 葱 パプリカ 中華スープ 酒 酢 砂糖 醤油 ごま油 春雨 ハム 人参 ほうれん草 椎茸 コーン 鶏がらスープ	うどん ささみ きゅうり レタス 人参 めんつゆ 砂糖 コーン てんぷら粉	
459kcal 0.3 g みりん揚げ	486kcal 0.8 g ぱりんこ	505kcal 1.3 g 銀シャリオにぎり煎餅	497kcal 1.1 g —	
10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)
中華おこわ 牛乳 中華スープ パイ	梅ごはん 牛乳 きのこ汁 竹輪の磯辺揚げ	シーフードピラフ 牛乳 レタススープ プルーン	リズム発表会	枝豆ごはん 牛乳 豚汁 ミニフィッシュ
白米 もち米 ごま油 人参 鶏肉 メンマ 栗 ピース 醤油 中華スープ 砂糖 豆腐 かまぼこ あげ わかめ えのき 人参 鶏がらスープ 酒 パイン	白米 麦 梅 豆腐 あげ しめじ みつば えのき 人参 味噌 かつお 竹輪 てんぷら粉 青のり 油	白米 麦 玉葱 コーン 人参 ピース バター コンソメ 塩 イカ あさり ホタテ レタス ベーコン コーン トマト コンソメ		白米 麦 枝豆 塩 人参 大根 ごぼう 豚肉 豆腐 葱 あげこんにゃく 味噌 かつお たつくり 砂糖 油
471kcal 1.0 g 味しらべ	469kcal 1.1 g きなこ餅	444kcal 1.1 g ミニゼリー		—
17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)
ウインナーとコーンのピラフ 牛乳 カレースープ 枝豆	ビビンバ 牛乳 玉子スープ ミニゼリー	鶏五目ごはん 牛乳 豆腐汁 バナナ	カレーうどん 牛乳 バンバンジー	ゆかりごはん 牛乳 すいとん汁 手羽中のゴマ揚げ
白米 麦 ウインナー 玉葱 コーン 人参 ピース バター コンソメ ハム しめじ ブロッコリー あげ キャベツ カレールウ 醤油 枝豆	白米 麦 酒 ごま油 豚肉 醤油 砂糖 にんにく 生姜 もやし いんげん 人参 ぜんまい 白ごま 葱 かにかま 卵 豆腐 えのき 椎茸 鶏がらスープ	白米 麦 鶏肉 人参 ピース 椎茸 あげ 竹輪 ひじき 醤油 砂糖 みりん 白だし 豆腐 はんぺん 玉葱 人参 みつば かつお バナナ	うどん 鶏肉 人参 玉葱 葱 かまぼこ あげ 麩 椎茸 小松菜 かつお カレールウ 醤油 ささみ きゅうり レタス もやし ドレッシング	白米 麦 ゆかり 豆腐 あげ 鶏肉 葱 人参 大根 舞茸 醤油 白だし かつお 片栗粉 手羽中 白ごま 砂糖 みりん 酢
401kcal 1.4 g あんぱんまんせんべい	479kcal 1.2 g 田舎のおかき	469kcal 0.9 g ばかうけ	381kcal 1.5 g —	501kcal 1.2 g 揚一番
24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)
三色ごはん 牛乳 田舎汁 和風サラダ	麦ごはん 牛乳 すき焼き 玉ふ汁	わかめごはん 牛乳 すまし汁 さばの竜田揚げ	レーズンコッペ 牛乳 クリームシチュー ブロッコリーのサラダ	キーマカレー 牛乳 フルーツポンチ
白米 麦 鶏ミンチ 生姜 醤油 砂糖 卵 塩 ピース 人参 大根 小松菜 豆腐 あげ さつまいも しめじ 味噌 かつお ブロッコリー キャベツ コーン 大豆 ドレッシング	白米 麦 人参 白菜 こんにゃく 豆腐 葱 豚肉 椎茸 醤油 中双 玉麩 豆腐 あげ みつば かつお 白だし	白米 麦 わかめ 玉葱 えのき みつば 人参 あげ 葱 白だし 醤油 鯖 片栗粉 酒 生姜 油	さつまいも 人参 玉葱 しめじ ほうれん草 鶏肉 コーン クリームシチュールウ コンソメ ブロッコリー ささみ ドレッシング	白米 麦 生姜 にんにく 玉葱 豚ミンチ 醤油 ソース マッシュルーム ケチャップ ピース 人参 カレールウ ワイン 桃缶 みかん缶 パイ缶 バナナ
479kcal 1.4 g チューペット	445kcal 1.2 g ソフト豆もち	471kcal 1.0 g ミニゼリー	436kcal 1.4 g 星たべよ	519kcal 1.3 g ヤクルト ハッピーターン

☆天候や都合によって、献立やおやつを急に変更することがあります。ご了承ください。

月平均の栄養価 : エネルギー 469kcal  
たんぱく質 20.7g  
カルシウム 290g  
食塩相当量 1.1g

