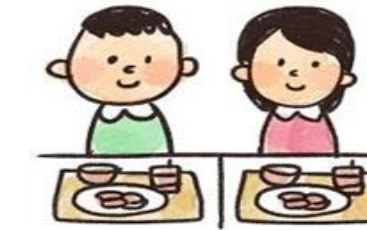


すみれ幼稚園 2020年度 6月献立



日 曜	屋食献立名	材料	日 曜	屋食献立名	材料
					
15 月	7ぶつきげんまい コーンスープ ハンバーグ ポテトサラダ バナナ	7ぶつきげんまい/コーンスープのもと、ぎゅうにゅう、パセリ あいびきミンチ、たまねぎ、とうふ、ミニトマト、ケチャップ じゃがいも、きゅうり、たまねぎ、コーン、マヨネーズ バナナ	22 月	7ぶつきげんまい すましじる さばのさっぱりみぞれに やさしいチップ こまつなとちくわのあえもの	7ぶつきげんまい/ゆば、しいたけ、みつば さば、だいこん、にんじん さつまいも、じゃがいも、ごぼう、あぶら こまつな、ちくわ、にんじん、かつおぶし
16 火	7ぶつきげんまい すましじる ふりかけごはん カレーのてりやき にくだんごのもの りんご	7ぶつきげんまい、ふりかけ/きぬごしとうふ、わかめ、ねぎ、みそ カレー、だいこん にくだんご りんご	23 火	7ぶつきげんまい みそしる ぶたにくのしょうがやき わらうスパゲティ だいこんのもの	7ぶつきげんまい/おつゆふ、なめこ、ねぎ、みそ ぶたにく、しょうが、たまねぎ、きゃべつ スパゲティ、シーチキン、にんじん、きゅうり だいこん、さつまあげ
17 水	7ぶつきげんまい すましじる なつやさいのみそいため さつまいものれもんに ブロッコリーサラダ	7ぶつきげんまい/だいこん、しいたけ、みつば ぶたミンチ、キャベツ、かぼちゃ、なす、あかピーマン、みそ さつまいも、レモン ブロッコリー、にんじん、コーン、マヨネーズ	24 水	ふりかけごはん みそしる あかうおのしょうがに きんぴらごぼう すいか	7ぶつきげんまい、ふりかけ/じゃがいも、えのき、ねぎ、みそ あかうお、しょうが、なす ごぼう、にんじん、ちくわ、ごま、ごまあぶら すいか
18 木	7ぶつきげんまい すましじる さわらのさいきょうやき とうがんのそぼろあんかけ じゃがいものきんぴら	7ぶつきげんまい/てまりふ、わかめ、みつば さわら、にんじん とうがん、とりミンチ、きぬさや じゃがいも、にんじん、さつまあげ、ごま、ごまあぶら	25 木	さつまいもごはん ちゅうかスープ すぶた きゅうりのちゅうかあえ りんご	7ぶつきげんまい、さつまいも/コーン、ごま、ちゅうかスープ ぶたにく、たまねぎ、あかピーマン、あおピーマン、ケチャップ、す きゅうり、もめんとうふ、わかめ、ごまあぶら りんご
19 金	7ぶつきげんまい すましじる さわらのさいきょうやき とうがんのそぼろあんかけ じゃがいものきんぴら	7ぶつきげんまい/はくさい、おつゆふ、ねぎ、みそ ぎゅうにく、じゃがいも、にんじん、たまねぎ きゅうり、トマト、ちりめんじゃこ、す オレンジ	26 金	7ぶつきげんまい パンプキンスープ コロケ ひろうすのたいたん さつまいものあまに	7ぶつきげんまい/パンプキンスープのもと、ぎゅうにゅう、パセリ じゃがいもの、たまねぎ、こむぎこ、パンこ、あぶら、キャベツ、ソース がんもどき、にんじん、グリーンピース さつまいも
			29 月	クロワッサン ポトフ とりにくからあげ きゃべつのツナマヨあえ フライドポテト	クロワッサン/ウインナー、たまねぎ、しめじ、コンソメ とりにく、あぶら、ブロッコリー きゃべつ、にんじん、ツナ、マヨネーズ じゃがいも、しお、あぶら
			30 火	たきこみごはん みそしる さけのしおやき ひじきに ほうれんそうのおひたし	7ぶつきげんまい、にんじん、しいたけ、あぶらあげ/とうみょう、もやし、ねぎ さけ、れんこん ひじき、にんじん、あぶらあげ ほうれんそう、かにかま
1か月の平均栄養量		エネルギー509kcal たんぱく13.6g 脂質75g 鉄2.0mg カルシウム77mg 都合により献立を変更する場合があります			

