



# 平成29年 6月 学校給食予定献立表 (幼稚園)

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ◆よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g)
1	木	パン ギョウにゅう とりにくのオレンジソースかけ キャベツのツナごまあえ ワンタンスープ いちごジャム	パン ワンタンのかわ ごまあぶら でんぷん マーマレード さとう ごま ジャム	ギョウにゅう ぶたにく とりにく チキンハム ツナ	たまねぎ にんじん もやし えのきたけ ねぎ きゅうり はくさい キャベツ みかん オレンジ	418 20.6
		てまきずし [ あなご ツナキャベツ ] ◆たくあん のり ギョウにゅう たまねぎのみそしる かわちばんかん	ごはん さとう マヨネーズ	ギョウにゅう あなご ツナ のり わかめ あぶらあげ みそ	キャベツ たくあん たまねぎ えのきたけ にんじん ねぎ かわちばんかん	485 17.5
5	月	ごはん ギョウにゅう とりにくのからあげ こまつなごまあえ そうめんじる	ごはん でんぷん あぶら こめこ ごま そうめん さとう	ギョウにゅう とりにく あぶらあげ	にんにく しょうが たまねぎ こまつな ほししいたけ ねぎ にんじん はくさい コーン	445 17.3
		スパゲティミートソース ギョウにゅう ◆とりにくのさっぱり ほうれんそうとコーンのソテー	スパゲティ あぶら さとう	ギョウにゅう ぶたにく ギョウにゅう とりにく	たまねぎ にんじん にんにく マッシュルーム グリンピース しょうが ほうれんそう コーン キャベツ	408 21.6
7	水	ごはん ギョウにゅう ◆するめのかきあげ ◆きんぴらごぼう ゆばのすましじる	ごはん ぶ こむぎこ あぶら ごま さとう ごまあぶら	ギョウにゅう たまご あぶらあげ いか ゆば ギョウにゅう ちくわ くきわかめ	にんじん たまねぎ しめじ ねぎ パセリ ごぼう こんにゃく ビーマン	435 17.8
		アップルパン ギョウにゅう ホキのレモンソースかけ ◆ごぼうのマヨネーズソテー ミネストローネ	パン じゃがいも さとう マカロニ でんぷん あぶら マヨネーズ ごま	ギョウにゅう だいす ベーコン ホキ	りんご たまねぎ にんじん セロリ さやいんげん レモン トマト パセリ ごぼう キャベツ	483 19.0
9	金	カレーライス ギョウにゅう オムレツのトマトソース ◆チンゲンサイのじゃこあえ	ごはん じゃがいも あぶら でんぷん ごま さとう	ギョウにゅう たまご ギョウにゅう しらすほし	たまねぎ にんじん にんにく さやいんげん しょうが ビーマン トマト もやし チンゲンサイ	422 15.3
		パン ギョウにゅう にくだんごのソースに (3こ) ◆きりほしだいこんのあますあえ コンソメスープ	パン じゃがいも さとう ごま でんぷん	ギョウにゅう ぶたにく ポークハム とりにく	キャベツ にんじん たまねぎ コーン パセリ ゆず きゅうり きりほしだいこん	476 21.1
13	火	ピタパン ギョウにゅう チリコンカン キャベツとハムのサラダ チンゲンサイのスープ ピーチゼリー	ピタパン あぶら さとう マヨネーズ	ギョウにゅう とりにく とうふ ギョウにゅう ぶたにく しろいんげんまめ ポークハム	はくさい にんじん しょうが ほししいたけ チンゲンサイ もも たまねぎ マッシュルーム コーン にんにく キャベツ きゅうり	499 23.5
		★日本のめいぐり しが★ ごはん ギョウにゅう ◆こあゆのかりんあげ うちまめじる ◆あかこんにゃくいりちくぜんに	ごはん でんぷん あぶら さとう ごま	ギョウにゅう あおだいす あぶらあげ みそ こあゆ とりにく ちくわ	たまねぎ こまつな にんじん ねぎ あかこんにゃく たけのこ ごぼう さやいんげん	469 22.0
15	木	パン ギョウにゅう かぼちゃコロッケ ほうれんそうのチャブチェ ちゅうかスープ	パン こむぎこ パンこ あぶら さとう はるさめ ごまあぶら でんぷん	ギョウにゅう ぶたにく とりにく	はくさい ほししいたけ にんじん たまねぎ ねぎ かぼちゃ ほうれんそう にんにく もやし	437 16.2
		ごはん ギョウにゅう さばのしょうがに ほうれんそうのごまあえ とうふじる ぶりかけ	ごはん さとう ごま	ギョウにゅう さば とうふ あぶらあげ わかめ みそ	たまねぎ にんじん ねぎ えのきたけ しょうが にんじん ほうれんそう はくさい	423 20.4
19	月	ごはん ギョウにゅう だいすのぶくろに もやしのごますあえ わかたけじる やきプリン	ごはん ごま さとう でんぷん	ギョウにゅう プリン わかめ とりにく だいす あぶらあげ とうふ	たけのこ にんじん もやし キャベツ かんぴょう ごぼう しいたけ ねぎ	521 21.7
		パン ギョウにゅう ウインナーのソテー ◆きりほしだいこんのソースいため マカロニスープ	パン マカロニ じゃがいも あぶら さとう	ギョウにゅう ベーコン ウインナー ぶたにく	チンゲンサイ たまねぎ しめじ にんじん さやいんげん ねぎ あおピーマン あかピーマン きりほしだいこん キャベツ	451 17.9
21	水	ごはん ギョウにゅう ちくさやき おかひじきのおかかあえ とんじる	ごはん さとう あぶら	ギョウにゅう たまご あぶらあげ みそ ぶたにく とりにく とうふ かつおぶし	なす たまねぎ にんじん もやし えのきたけ ねぎ きゅうり たけのこ ほうれんそう キャベツ ほししいたけ おかひじき	405 18.2
		パン ギョウにゅう タンドリーチキン ビーマンとハムのソテー キャベツのスープに マーマレード	パン じゃがいも あぶら マーマレード	ギョウにゅう ヨーグルト とりにく ベーコン ポークハム	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ さやいんげん もやし ビーマン	417 20.9
23	金	ごはん ギョウにゅう むしシューマイ (2こ) チンゲンサイのちゅうかあえ ビーフンスープ メロン	ごはん ビーフン ごま さとう パンこ ごまあぶら でんぷん こむぎこ	ギョウにゅう とりにく なまあげ やきぶた ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ もやし チンゲンサイ しょうが メロン	428 18.4
		パン ギョウにゅう ハンバーグ ケチャップソース アスパラベーコン レタススープ	パン じゃがいも あぶら でんぷん さとう	ギョウにゅう とりにく ベーコン ぶたにく	レタス たまねぎ にんじん さやいんげん アスパラ キャベツ コーン	415 18.6
27	火	パン ギョウにゅう あつあげのカレーそばろに おかひじきのソテー コーンスープ	パン じゃがいも あぶら	ギョウにゅう とりにく なまあげ ぶたにく ベーコン	コーン たまねぎ にんじん チンゲンサイ パセリ しょうが グリンピース にんにく おかひじき キャベツ	430 20.5
		★地産地消メニュー★ ごはん ギョウにゅう ◆たこのてんぷら みそにくじゃが ◆キャベツのじゃこあえ	ごはん じゃがいも さとう ごまあぶら あぶら こむぎこ	ギョウにゅう たまご たこ みそ とりにく しらすほし	たまねぎ にんじん キャベツ いとこんにゃく もやし さやいんげん	461 21.0
29	木	パン ギョウにゅう ぶたにくのケチャップいため チーズポテト やさしいスープ	パン あぶら でんぷん じゃがいも バター	ギョウにゅう チーズ ぶたにく ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ さやいんげん トマト ビーマン パセリ	427 18.1
		ごはん ギョウにゅう ◆いかのねぎしおやき ひじきとツナのいために かぼちゃのみそしる	ごはん ごまあぶら さとう	ギョウにゅう とうふ あぶらあげ いか ひじき ツナ みそ	かぼちゃ たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ しょうが にんにく さやいんげん	439 21.9