



# 令和5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 ★:防災献立 ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる	からだをつくる	からだのちようしをととのえる	エネルギー (kcal)
			(き)	(あか)	(みどり)	たんぱくしつ (g)
1	木	パン きゅうにゅう ドライカレー コールスローサラダ コンソメスープ	パン でんぱん あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく おから だいず とりにく	たまねぎ あおピーマン しょうが にんにく ほしぼどう キャベツ きゅうり にんじん コーン パセリ チンゲンサイ	477 19.6
2	金	ごはん きゅうにゅう ハンバーグガーリックソース マカロニサラダ しんたまねぎのみそしる	ごはん でんぱん じゃがいも マカロニ マヨネーズ さとう あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく わかめ みそ あぶらあげ	にんにく にんじん コーン ねぎ きゅうり たまねぎ えのきたけ	458 15.5
5	月	ごはん きゅうにゅう だいずとごぼうのミンチカツ ★◆きりぼしだいこんのソースいため じゃがいものみそしる	ごはん こむぎこ パンこ あぶら じゃがいも でんぱん さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく だいず あぶらあげ みそ こなかつお あおのり	ごぼう きりぼしだいこん ねぎ キャベツ にんじん パにしょうが たまねぎ えのきたけ こまつな	463 16.3
6	火	ごはん きゅうにゅう ◆ぶたにくのチリソースいため ◆こんにゃくサラダ とりだんごスープ	ごはん さとう あぶら でんぱん ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ とりにく	にんにく ごぼう チンゲンサイ こんにゃく きゅうり にんじん たまねぎ こまつな たけのこ もやし えのきたけ ねぎ	424 18.3
7	水	ごはん きゅうにゅう ◆あおさこもちししゃもフライ おかひじきサラダ とうにゅうクリームシチュー	ごはん こむぎこ パンこ あぶら ごま こめこ じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう あおのり こもちししゃも ベーコン とうにゅう	おかひじき にんじん もやし たまねぎ アスパラガス マッシュルーム	467 16.4
8	木	パン きゅうにゅう とりにくのバーベキューソース ★◆こんぶサラダ ミネストローネ	パン さとう あぶら じゃがいも オリーブあぶら	ぎゅうにゅう とりにく チキンハム こんぶ かつおぶし ベーコン だいず	しろねぎ しょうが にんにく りんご きゅうり キャベツ コーン にんじん たまねぎ トマト さいいんげん セロリ	467 20.6
9	金	ごはん きゅうにゅう ぶたにくとアスパラのみそいため ◆ごぼうのごまネーズ かきたまじる	ごはん さとう あぶら ごま マヨネーズ でんぱん	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とりにく ひじき たまご とうふ あぶらあげ	アスパラガス キャベツ にんじん ごぼう コーン チンゲンサイ たまねぎ えのきたけ ねぎ	459 19.2
12	月	行事食【入梅】地産地消献立① ごはん きゅうにゅう いわしのかばやきふう キャベツのうめあえ みそにゅうめん	ごはん でんぱん あぶら さとう そうめん	ぎゅうにゅう いわし いとがまぼこ ちくわ あぶらあげ みそ	しょうが キャベツ きゅうり うめ しそ たまねぎ にんじん ねぎ	428 15.5
13	火	ごはん きゅうにゅう ◆チンジャオロースー もやしとハムのごまあえ ぎょうざスープ	ごはん でんぱん あぶら さとう こむぎこ ごま	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく チキンハム だいず	あおピーマン たけのこ にんにく しょうが もやし チンゲンサイ たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ には	448 17.3
14	水	ごはん きゅうにゅう にくみそそば ポテトサラダ ゆばのすましじる	ごはん さとう でんぱん マヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく おから みそ チキンハム ゆば とうふ あぶらあげ	にんにく しょうが たけのこ しろねぎ えだまめ きゅうり にんじん たまねぎ えのきたけ ほうれんそう ねぎ	473 19.3
15	木	パン きゅうにゅう ◆いかのエスカベツシュ グリーンサラダ ポークシチュー	パン でんぱん あぶら さとう じゃがいも こめこ	ぎゅうにゅう いか わかめ ぶたにく	たまねぎ あかパプリカ パセリ ブロッコリー キャベツ コーン にんじん マッシュルーム トマト さいいんげん	485 18.1
16	金	ごはん きゅうにゅう さけのカレーマヨやき ★◆きりぼしだいこんのツナこうみ とうにゅうみそしる	ごはん マヨネーズ パンこ さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう さけ ツナ ぶたにく あぶらあげ みそ とうにゅう	きりぼしだいこん こまつな キャベツ たまねぎ えのきたけ にんじん ねぎ	445 21.4
19	月	ごはん きゅうにゅう やきシューマイ(2こ) パンバンジーサラダ マーボーとうふ	ごはん パンこ でんぱん さとう ごま ごまあぶら こむぎこ あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ みそ	たまねぎ きゅうり キャベツ しょうが にんにく たけのこ ほししいたけ ねぎ には	480 22.8
20	火	ごはん きゅうにゅう おこのみやきふうつくね じゃがいもきんぴら にらのみそしる	ごはん あぶら でんぱん さとう じゃがいも ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく こなかつお あおのり ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	キャベツ しょうが あおピーマン あかパプリカ たまねぎ にんじん えのきたけ には ねぎ	460 17.4
21	水	ごはん きゅうにゅう ぶたキムチ あおのりポテトビーンズ ちゅうかスープ	ごはん ごまあぶら あぶら でんぱん じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず とりにく あおのり	キャベツ には はくさいキムチ たまねぎ にんじん たけのこ もやし ほししいたけ ねぎ	440 17.2
22	木	パン きゅうにゅう マーマレード とりにくのバジルやき チンゲンサイとエリンギのソテー マカロニスープ	パン あぶら こめマカロニ じゃがいも マーマレード オリーブあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ポークウインナー ベーコン	バジル たまねぎ エリンギ チンゲンサイ にんじん にんにく キャベツ さいいんげん なつみかん	497 19.8
23	金	カレーライス ぎゅうにゅう やきチキンウインナー ★フルーツヨーグルト	ごはん じゃがいも あぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたにく チキンウインナー ヨーグルト	たまねぎ にんじん さいいんげん にんにく しょうが みかん もも ナタデココ	468 16.6
26	月	ごはん きゅうにゅう てりやきミートボール ピーマンサラダ おしむぎスープ	ごはん あぶら さとう でんぱん ごまあぶら じゃがいも おおむぎ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ツナ ベーコン	たまねぎ にんじん さいいんげん あおピーマン キャベツ コーン チンゲンサイ ほうれんそう パセリ	473 17.2
27	火	ごはん きゅうにゅう さわらのこうみやき ◆いとかんでんサラダ たんたんスープ	ごはん さとう ごまあぶら はるさめ ごま あぶら	ぎゅうにゅう さわら いとかんでん チキンハム ぶたにく みそ	にんにく きゅうり にんじん キャベツ もやし たけのこ には たまねぎ しょうが にんにく チンゲンサイ	436 19.0
28	水	地産地消献立② ごはん きゅうにゅう とりにくのみそだれかけ ◆だいこんのじゃこあえ カレーにくじゃが	ごはん さとう ごま ごまあぶら じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう とりにく みそ しらすばし ぶたにく がんとどき	にんにく もやし だいこん こまつな たまねぎ にんじん いとこんにゃく さいいんげん	479 21.9
29	木	パン きゅうにゅう パンネのミートソース イタリアンサラダ レタススープ	パン ペンネ さとう あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	たまねぎ マッシュルーム パセリ トマト キャベツ きゅうり コーン ブロッコリー にんじん レタス さいいんげん	455 17.7
30	金	ごはん きゅうにゅう あじのなんぼんづけ ★◆きりぼしだいこんのサラダ とうふのみそしる	ごはん でんぱん あぶら さとう マヨネーズ	ぎゅうにゅう あじ ツナ とうふ あぶらあげ みそ	たまねぎ あおピーマン にんじん きりぼしだいこん チンゲンサイ コーン えのきたけ こまつな ねぎ	468 18.3