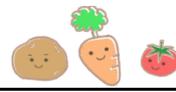




# 給食予定献立表



2024年6月 エンゼル幼稚園

日	曜日	献立名	ざ い り よ う			
			赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	黄◇ 力や体温となるもの	その他
			魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
3	月	ごはん ビーフシチュー かみかみサラダ ジョア	牛肉 大豆,ひじき ジョア	玉ねぎ,人参,グリーンピース ごぼう,人参,胡瓜,キャベツ	米 じゃがいも,油	チューハイ ごまドレッシング
4	火	ゆかりごはん 豆腐かわり揚げ 真沢山みそ汁 ぶどうゼリー	豆腐,鶏肉,ひじき 油揚げ,味噌	ゆかり 人参,玉ねぎ,ねぎ 切干大根,玉ねぎ,白菜,人参,ごぼう	米,ごま 片栗粉,砂糖,油 じゃがいも ぶどうゼリー	醤油
5	水	チリコンカンライス ブロッコリーサラダ りんごジュース	豚肉,鶏肉,だいず ツナ	にんにく,生姜,玉ねぎ,人参,トマト ブロッコリー,カリフラワー,キャベツ,コーン リンゴジュース	米,小麦粉 マヨドレ	カレー粉,チリパウダー,ケチャップ ソース,酒,塩
6	木	あんかけやしそば 胡瓜の中華和え フルーツポンチ	豚肉,ちくわ	玉ねぎ,白菜,人参,しいたけ 胡瓜,もやし バナナ,みかん,レモン汁	中華そば,砂糖,ゴマ油,片栗粉 ゴマ油,砂糖 豆乳杏仁豆腐,砂糖	ガラスープ,醤油,オイスターソース,酒 醤油
7	金	ごはん チンジャオオロス もずくスープ いちごゼリー	豚肉 豆腐,もずく	玉ねぎ,ピーマン,赤ピーマン,黄ピーマン,たけのこ 玉ねぎ,人参,しいたけ,ねぎ	米 油,砂糖,片栗粉 いちごゼリー	醤油 ガラスープ,塩,醤油
10	月	もち麦ごはん 白身魚の照り焼き 豆腐チャンプルー みそ汁 マスカットゼリー	ホキ 豆腐 味噌,わかめ	玉ねぎ,人参,ピーマン,生姜 ほうれん草,玉ねぎ,えのき	米,もち麦 砂糖,片栗粉 マスカットゼリー	醤油 醤油,酒,塩,ガラスープ
11	火	カレーライス 切干大根サラダ ヨーグルト	豚肉 ツナ ヨーグルト	玉ねぎ,人参 切干大根,キャベツ,胡瓜,人参	米,じゃがいも マヨドレ	カレールウ 塩
12	水	ごはん 鶏肉のレモン風味 ブロッコリーサラダ コンソメスープ ゼリー	鶏肉 豆腐	レモン汁 ブロッコリー,胡瓜,人参,レタス 玉ねぎ,白菜,人参	米 片栗粉,油,砂糖 油,砂糖 りんごゼリー	醤油 酢,塩 コンソメ,塩
13	木	五目うどん 胡瓜の昆布和え バナナ	鶏肉,油揚げ 塩昆布	玉ねぎ,ほうれん草,人参,しめじ,しいたけ 胡瓜,もやし,白菜 バナナ	うどん ごま	醤油,塩
14	金	ごはん 豚肉とごぼうの甘酢炒め 豆腐スープ プリン	豚肉 豆腐,わかめ プリン	新ごぼう,南瓜,玉ねぎ,パプリカ もやし,人参,ねぎ	米 砂糖,片栗粉	酢,醤油 ガラスープ,醤油,塩
17	月	ミートスパゲティ 豆腐サラダ ヨーグ	豚肉,鶏肉 豆腐 飲むヨーグルト	玉ねぎ,人参,ピーマン,にんにく,グリーンピース キャベツ,胡瓜,人参	スパゲティ,油,砂糖 砂糖	ケチャップ,コンソメ,塩,ソース 酢,醤油
18	火	麻婆丼 ハンサンスー あじさいゼリー	豆腐,豚肉 鶏肉	玉ねぎ,人参,ピーマン,生姜 胡瓜,人参	米,砂糖,片栗粉,ゴマ油 春雨,砂糖,ゴマ油 ゼリー	ガラスープ,醤油,酒 酢,醤油
19	水	カレーうどん ねばねば和え オレンジ	豚肉,油揚げ	玉ねぎ,人参,しめじ,ねぎ キャベツ,えのき,おくら,人参 オレンジ	うどん 砂糖	カレールウ 醤油
24	月	わかめごはん 鮭のケチャップからめ和え コンソメスープ お楽しみデザート	鮭 豆腐	わかめ キャベツ,玉ねぎ,人参	米 片栗粉,油,砂糖 デザート	酒,醤油,ソース,ケチャップ コンソメ,塩
25	火	ピピンパ 青のりポテト 中華スープ オレンジゼリー	豚肉 青のり 豆腐,わかめ	もやし,人参,ほうれん草,コーン レタス,えのき	米,砂糖,ゴマ油 じゃがいも,油 オレンジゼリー	酒,醤油 塩 ガラスープ,醤油,塩
26	水	ごはん ポトフ キャベツサラダ りんごジュース	鶏肉,ウィンナー 豆腐	白菜,玉ねぎ,人参,ブロッコリー,パセリ 胡瓜,キャベツ,コーン リンゴジュース	米 じゃがいも マヨドレ	コンソメ,塩 塩
27	木	てりやき風トースト ジョア	鶏肉 ジョア	コーン	食パン,砂糖,マヨドレ	醤油
28	金	ごはん 豚肉のソースマリネ ポテトサラダ コンソメスープ オレンジ	豚肉 ツナ 豆腐	玉ねぎ 胡瓜,人参 白菜,人参,レタス オレンジ	米 オリーブ油 じゃがいも,マヨドレ	ケチャップ,ソース,醤油 塩 コンソメ,塩

献立種類	園児		
栄養素	1歳児	2歳児	3歳児
平均栄養価	401 kcal	14.8 g	9.5 g
目標栄養価	390 kcal	13.0 g	9 g ~ 13 g