

6月献立表

アレルギー表示

●卵 ◆落花生 マくるみ ⑤キウイフルーツ ⑩カシューナッツ ⑪アーモンド ⑫マカダミアナッツ

日曜日	曜日	屋食	主な材料と体内での動き			おやつ(午前)		おやつ(午後)	
			主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	献立	献立	材料	
2月		あつあげのすきやきに ちーずさらだ ごはん ふりかけ	生揚げ・鶏肉 チーズ	白菜・玉ねぎ・人参・ほうれん草 コーン・カリフラワー・オクラ・人参	油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	はーべすと	ごこくひすけっと とうにゅううえはーす	五穀ビスケット 豆乳ウエハース	
3月	火	さーもんのれもんしょうゆそーす じゃーまんぼてと ごはん ふわふわすーぷ	ピンクサーモン 鶏肉 ●卵	レモン果汁 玉ねぎ 玉ねぎ・キャベツ・人参	小麦粉・油・砂糖 じゃが芋・油 米(国産)	せんべい (ほしたべよ)	とうふほっとけーき	ホットケーキミックス・油・砂糖 牛乳・豆腐・いちごジャム	
4月	水	とりにくのどまとに こまつなともやしものしらすあえ ごはん ふりかけ ぎゅうにゅう	鶏肉・大豆 しらす 牛乳	玉ねぎ・ブロッコリー・トマトピューレ・ドライパセリ 小松菜・大根・人参	小麦粉・油・オリーブ油 米(国産)	しろいふうせん	ばななむしぼん	ホットケーキミックス・牛乳 バナナ	
5月	木	めんちかつ そえ ぶろっこりー つなときゅうりのさらだ ごはん みそしる	メンチカツ ツナフレーク 豆腐・油揚げ・みそ	ブロッコリー キャベツ・赤パプリカ・人参 玉ねぎ・青ねぎ・のり	油 砂糖・油 米(国産) さつま芋	さらだせんべい	みかんゼリー	みかんゼリー	
6月	金	ちゅうかどん ちきんさらだ ふるーつ (ふるーつみくす)	豚肉・さつま揚げ チキンフレーク	白菜・玉ねぎ・人参・生しいたけ・ピーマン 緑豆もやし・きゅうり・人参・コーン フルーツカクテル(缶詰)	米(国産)・押麦・油・でん粉 砂糖・調合ごま油	たまごぼーろ	●すいすーろー (いちご)	●スイスロール(いちご)	
9月		とりにくとごぼうのやながわふうどん おかかさらだ ふるーつよーぐると	鶏肉・●卵 かつお節 ヨーグルト	ごぼう・さやえんどう 大根・ブロッコリー・人参 パイン(缶詰)	米(国産)・押麦・つきごんにやく・砂糖 油・砂糖 砂糖	まがりせんべい	●くりーむばん	●クリームパン	
10月	火	てりやきとうふはんばーぐ しらすときゃべつのすのもの ごはん ふたじる	豆腐野菜ハンバーグ しらす 豚肉・みそ	キャベツ・人参・コーン 白菜・人参・万能ねぎ	油・砂糖・でん粉 砂糖 米(国産) 里芋	しろいふうせん	ふるーちえ(りんご)	フルーチェ(りんご)・牛乳 りんご	
11月	水	ひじきいりたまごやき つなとこーんのさらだ ごはん ふりかけ ぎゅうにゅう	●卵・豚ひき肉・牛乳 ツナフレーク 牛乳	ひじき・人参・玉ねぎ・小松菜 コーン・人参・グリーンアスパラガス・レモン果汁	油・砂糖 砂糖・油 米(国産)	くらっかー	●どーなつ	●焼ドーナツ(豆乳味)	
12月	木	しるみざかなのこーんまよやき さつまあげとほうれんそうのそてー ごはん すーぷ	ホキ さつま揚げ 鶏肉	コーン・のり ほうれん草・玉ねぎ・人参 チンゲン菜・パセリ	マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 米(国産) じゃが芋	せんべい (ぼたぼたやき)	かぼちゃとちーずの けーくされ	ホットケーキミックス・牛乳・かぼちゃ チーズ・油	
13月	金	やさいたつぶりしょうゆらーめん さつままいものあめがらめ ばなな	豚肉・さつま揚げ 大豆・しらす	玉ねぎ・人参・キャベツ・生しいたけ・青ねぎ バナナ	ラーメン・油・調合ごま油 さつま芋・油・白ごま・砂糖	ここなつさぶれ	ほっとけーき	ホットケーキミックス・牛乳・バター 砂糖・ブルーベリージャム	
16月		はおゆーどうふおいたーそーすにこみ はるさめさらだ ごはん ふりかけ よーぐると	豆腐・豚肉 ●錦糸卵 ヨーグルト	白菜・人参・まいたけ・青ねぎ きゅうり・トマト・わかめ	油・砂糖・でん粉 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖 米(国産) 砂糖	はーべすと	●そふとぼうろ	●丸ボーロ	
17月	火	とりのからあげ ぼてとさらだ ごはん みそしる	鶏肉の唐揚げ 油揚げ・みそ	玉ねぎ・人参・コーン 人参・えのきたけ・玉ねぎ・ほうれん草・のり	油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	さらだせんべい	りんごほっとけーき	ホットケーキミックス・牛乳 バター・りんご(缶詰)	
18月	水	はやしらいす ちくわとやさいのさらだ ぎゅうにゅう	鶏肉 ちくわ・かつお節 牛乳	玉ねぎ・人参・グリーンピース きゅうり・赤パプリカ・キャベツ	米(国産)・押麦・油 油・砂糖	きなこせんべい	ぐれーふぜりー	グレーゼリー	
19月	木	あじのかばやきふう ひじきいりやさいいため ごはん みそしる	あじ さつま揚げ みそ	しょうが ひじき・緑豆もやし・人参・ピーマン チンゲン菜・玉ねぎ・かぼちゃ	でん粉・油・砂糖 油・砂糖 米(国産)	せんべい (ほしたべよ)	ばななほっとけーき	ホットケーキミックス・牛乳 バター・バナナ	
20月	金	おべんとうび				くらっかー	まりーひすけっと はーべすと	マリービスケット ハーベスト	
23月		まーぼーどん ぶろっこりーのなむる ふるーつぼんち	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・人参・青ねぎ ブロッコリー・人参・コーン・のり・にんにく 寒天・バナナ・みかん(缶詰)	米(国産)・押麦・油・砂糖・でん粉 砂糖・調合ごま油 砂糖	ここなつさぶれ	れーずんむしぼん	ホットケーキミックス・牛乳 レーズン	
24月	火	ふいっしゅふらい なつとうあえ むぎいりごはん みそしる	ホキ 納豆・豚ひき肉 油揚げ・豆腐・みそ	ほうれん草・人参・にんにく・しょうが キャベツ・玉ねぎ	小麦粉・パン粉・油 白ごま・調合ごま油・砂糖 米(国産)・押麦	まがりせんべい	きなこむしぼん	ホットケーキミックス・牛乳 きな粉	
25月	水	とりにくのあますいため ぶろっこりーのこまおかがあえ ごはん ふりかけ ぎゅうにゅう	鶏肉 かつお節 牛乳	玉ねぎ・人参・ピーマン ブロッコリー・人参・コーン	でん粉・油・じゃが芋・砂糖 白ごま 米(国産)	くらっかー	ふるーつ おれんじ びすこ	オレンジ ビスコ	
26月	木	じゃーつあんどうふ だいがくいも ごはん しるびーふん	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・赤みそ 鶏肉	人参・玉ねぎ・まいたけ・チンゲン菜・にんにく ニラ・大根	油・砂糖・でん粉 さつま芋・油・砂糖・黒ごま 米(国産) ピーン	たまごぼーろ	ふるーちえ(いちご)	フルーチェ(いちご) 牛乳	
27月	金	すばげいみーとそーす きゅうりともやしのつなあえ ふるーつ おれんじ きゃんでいちーず	牛豚ひき肉・鶏レバー ツナフレーク キャンディチーズ	玉ねぎ・人参・なす・にんにく・ドライパセリ きゅうり・緑豆もやし オレンジ	スパゲティ・油・小麦粉・砂糖	せんべい (ぼたぼたやき)	あすばらびすけっと きなこせんべい	アスパラガスビスケット きなこちせせんべい	
30月		さんどいつち びぎふうはんばーぐ つなとほうれんそうのそてー すーぷ	●卵・ツナフレーク ハンバーグ	きゅうり ほうれん草・コーン・人参 玉ねぎ・人参・ブロッコリー	食パン・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油	しろいふうせん	ぶりん	プリン	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

青木学園 (認) 美祢幼稚園 美祢幼稚園 屋食・おやつ(午前)・おやつ(午後)