

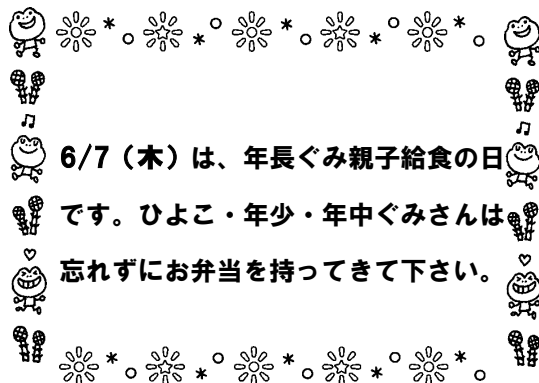
6月のこんだて

開南幼稚園 平成30年5月31日

給食やお弁当も始まってから約1か月が過ぎ、子どもたちもお友だちや先生と生活することに少しずつ慣れてきているのではないかと思います。遊びが活発になり疲れもでてくる時期ですので、毎日規則正しい生活リズムを心がけていきましょう。



月/日	献立名	材料名			栄養価	
		あか	きいろ	みどり	エネルギー	たんぱく質
		血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの	kcal	g
6/4 (月)	麦ごはん すき焼き風煮 きぬさやのゴマ和え 果物・牛乳	豚肉・焼豆腐 みそ・かまぼこ 牛乳	米・麦 しらたき・砂糖	人参・長ネギ・白菜 ゴマ・きぬさや バナナ	392	11.8
6/5 (火)	麦ごはん 鶏の野菜あんかけ スパゲティサラダ 果物・牛乳	鶏肉・ハム 牛乳	米・麦・油 片栗粉・パスタ マヨネーズ・砂糖	人参・玉ねぎ もやし・絹さや 干しいたけ・レタス きゅうり・美生柑	419	14.7
6/7 (木) 年長 親子給食	ゴマ塩ごはん キスフライタルソース 切干し大根の含め煮 果物・牛乳	キス・卵・油揚げ さつまあげ・牛乳	米・麦・天ぷら粉 パン粉・油・砂糖 マヨネーズ	玉ねぎ・パセリ レタス・きゅうり ミニトマト・人参 切干し大根・オレンジ じゃがいも	466	12.5
6/11 (月)	ドライカレー かぼちゃの素揚げ コールスローサラダ 果物・牛乳	豚肉・牛乳	米・麦・ウスター ブイヨン・カレー粉 マヨネーズ・砂糖	ピーマン・人参 玉ねぎ・にんにく キャベツ・コーン 水菜・きゅうり メロン	412	12.7
6/12 (火)	やきそば かぼちゃのヨーグルト和え わかめスープ 果物・牛乳	豚肉・ヨーグルト 牛乳	蒸しそば・粉末ソース マヨネーズ・油 鶏ガラ粉末	キャベツ・玉ねぎ 人参・もやし きゅうり・レタス ピーマン・かぼちゃ 美生柑	380	10.8
6/14 (木)	グリーンピースごはん とりささみカレーフライ ハムときゅうりのマリネ 果物・牛乳	鶏肉・ハム 牛乳	米・もち米 カレー粉・パン粉 天ぷら粉・油・砂糖	グリーンピース キャベツ・レタス 人参・きゅうり パイン	372	17.6
6/19 (火)	麦ごはん 卵の袋煮・天ぷら ナスのみそ炒め 果物・牛乳	卵・油揚げ みそ・牛乳	米・麦・砂糖 天ぷら・油	アスパラ・ナス パプリカ 美生柑	381	13.2
6/21 (木)	ツナマヨトースト ミックスサラダ 果物・牛乳	ツナ・ハム 牛乳	食パン マヨネーズ 砂糖	コーン・玉ねぎ キャベツ・きゅうり 人参・レタス メロン	384	10.9
6/25 (月)	麦ごはん ひとくちカツ すき昆布煮 果物・牛乳	豚肉・油揚げ 焼ちくわ・牛乳	米・麦 天ぷら粉・パン粉 油・こんにゃく	キャベツ・すき昆布 人参・小玉すいか	348	9.7
6/26 (火)	麦ごはん ヘルシーハンバーグ じゃがいもウィンナー炒め 果物・牛乳	鶏肉・豆腐・卵 ウィンナー・牛乳	米・麦・パン粉 じゃがいも コンソメ	玉ねぎ・生姜 キャベツ・アスパラ パプリカ・バナナ	388	14.3
6/28 (木) 創立40周年 記念メニュー	お祝いちらし 鶏のから揚げ ブロッコリーサラダ ゼリー・牛乳	卵・でんぶ・油揚げ 鶏肉・牛乳	米・油・片栗粉 砂糖	きぬさや・人参 干しいたけ・生姜 かんぴょう・レタス ブロッコリー コーン・ゼリー	373	15.1



※ 材料入荷により献立の一部が変更になる場合があります。

先月の給食の放射能食品検査結果……牛乳・水を含めて不検出でした。

食中毒注意報!

暑かったり、じめっとした季節になってまいりました。このころから食べ物も傷みやすくなってきますので、給食室でも注意をはらっていきます。おうちでも食中毒に気を付けましょう。

