

# 6月 ようちえんのおべんとう

れいわ4ねん

★仕入れ材料の都合による献立の変更はご了承下さい。

		<p>1 すい デミハンバーグ えだまめとコーンのグラッセ マッシュポテトフライ にんじんに カリフラワーのカーレーに フルーツ <b>しろごはん</b> 412kcal/11.9g</p>	<p>2 もく とりにくのからあげ ナポリタン ちぐさやき だいこんに にんじんさつま フルーツ <b>ふりかけごはん</b> 408kcal/11.9g</p>	<p>3 きん さかなのごまだれやき わふうスパ キャベツソテー れんこんまんじゅう  フルーツ <b>ゆかりごはん</b> 425kcal/13.5g</p>
<p>6 げつ チキステーキ ねじねじマカロニソテー ナムル ふんわりはながたとうふ ★ひとくちイカフライ フルーツ <b>こんぶごはん</b> 407kcal/13.1g</p>	<p>7 か なつやさいカレー ベーコンと えだまめのソテー とんかつ  フルーツ <b>しろごはん</b> 421kcal/9.4g</p>	<p>8 すい さかなのなんぼんづけ あおないため しゅうまい はながんもに  フルーツ <b>ごましろごはん</b> 407kcal/10.4g</p>	<p>9 もく オムレツ やさいコロケ ポークビーンズ  ※にゅうさんきんいんりょう フルーツ ミルクパン/たらこスパ 408kcal/11.1g</p>	<p>10 きん メンチカツ やきそば あつやきたまご タコウインナー ブロッコリー フルーツ <b>おにぎり</b> 413kcal/10.1g</p>
<p>13 げつ ミックスグリル コーンのバターじょうゆいため にんじんグラッセ ブロッコリー  フルーツ <b>ライス</b> 405kcal/11.2g</p>	<p>14 か セサミチキン マカロニソテー かぼちゃのもの しのだに ★イカフリッター フルーツ <b>ゆかりごはん</b> 402kcal/12.8g</p>	<p>15 すい とんかつ やさしいため きんちゃくに あおりのポテト ソーセージさつまあげ フルーツ <b>ふりかけごはん</b> 413kcal/10.5g</p>	<p>16 もく ガパオ あげぎょうざ えだまめと コーンのソテー  にんじんのナムル <b>ライス</b> 418kcal/10.9g</p>	<p>17 きん チンジャオロース ちくわのてんぷら ロールキャベツ にんじんしゅうまい  フルーツポンチ <b>ごましろごはん</b> 410kcal/13.3g</p>
<p>20 げつ ササミフライの トマトソース やさしいおこんぶあえ ちぐさやき・えだまめ ※デザートゼリー フルーツ フレンチトースト/やきそば 400kcal/10.3g</p>	<p>21 か プルコギふういため コンソメポテト まぐろのタルタルふうみカツ ヤングコーン  あんにととうふ <b>しろごはん</b> 423kcal/12.0g</p>	<p>22 すい やさしいコロケ ナポリタン グリーンピースぼうてん チンゲンさいソテー にんじんに フルーツ <b>こんぶごはん</b> 421kcal/9.3g</p>	<p>23 もく ケチャップハンバーグ フライドポテト あおなのびたし かにふうみさつまあげ  フルーツ <b>しろごはん</b> 414kcal/9.7g</p>	<p>24 きん ボルゴライスふう やきとり こまつなと コーンのソテー  フルーツ <b>ピラフ</b> 408kcal/11.7g</p>
<p>27 げつ エンゼルカレー とんかつ ひきにくとコーンのソテー ハムステーキ かぼちゃのもの フルーツ <b>しろごはん</b> 404kcal/8.0g</p>	<p>28 か タンドリーチキン マカロニソテー ラタトゥイユ チーズパイ  フルーツ <b>パセリごはん</b> 411kcal/11.4g</p>	<p>29 すい エビフライ やきそば あつやきたまご タコウインナー ブロッコリー フルーツ <b>おにぎり</b> 415kcal/10.2g</p>	<p>30 もく うめささみフライ しゅうまい いんげんのごまあえ きりぼしだいこんに コーンのつまみあげ フルーツ <b>おさかなのりごはん</b> 414kcal/10.2g</p>	

☆カロリー量とタンパク質量は(kcal/g)で表記しております。

☆魚料理は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がってください。

☆迷子のスプーン・フォークが増えています。みんなのかわいいスプーンやフォークには園名とお名前の記入を必ずお願い致します！

☆練り物(さつま揚げ、ちくわ、はんぺんなど)の中に見られる黒や赤、または黄色の点や線状のものは、魚皮ですのご安心してお召し上がりいただけます。

☆おにぎりを食べる時はしっかりと手を洗いましょう！

※メニューに★印がついているおかずは、誤嚥が無いよう、気をつけてお召し上がりください。