

6月 ようちえんのおべんとう



れいわ6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>3 げつ ミックスグリル (エビフライ・ハンバーグ) コーンのバターしょうゆいため にんじんグラッセ ブロッコリー フルーツ しろごはん 405kcal/11.2g</p>	<p>4 か チキンピカタ フライドポテト ポークチャップ フルーツ しろごはん 429kcal/14.3g</p>	<p>5 すい ぶたにくのマーメレードソテー ジャーマンポテト あおなとあげのにびたし あつやきたまご チキンナゲット フルーツ しろごはん 427kcal/12.6g</p>	<p>6 もく マーボーはるさめ しゅうまい ★えだまめのグラッセ ヤングコーン フルーツ しろごはん 426kcal/11.8g</p>	<p>7 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 おにぎり 413kcal/10.1g</p>
<p>10 げつ やさいコロッケ ナポリタン あおなのおひたし とりつくね フルーツ しろごはん 422kcal/10.5g</p>	<p>11 か チンジャオロース ちくわのてんぷら キャベツのあえもの にんじんしゅうまい フルーツポンチ しろごはん 410kcal/13.3g</p>	<p>12 すい エンゼルカレー エビフライ ★えだまめとコーンのソテー やきとり ふかしいも フルーツ しろごはん 439kcal/12.0g</p>	<p>13 もく 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 しろごはん 411kcal/11.4g</p>	<p>14 きん とりにくのからあげ ベーコンと あおなのソテー ツナポテト にんじんに フルーツ しろごはん 439kcal/11.1g</p>
<p>17 げつ オムレツ メンチカツ シャキシャキサラダ フルーツ しろごはん 417kcal/9.4g</p>	<p>18 か わふうハンバーグ あおなソテー きんぴらごぼう タコウインナー フルーツ しろごはん 409kcal/10.7g</p>	<p>19 すい さかなのたつたあげ ポパイスパ キャベツのにびたし フランクフルト がんもに フルーツ そぼろごはん 419kcal/14.6g</p>	<p>20 もく にくじゃが やさいのしおこんぶあえ カニカマてんぷら とりつくね フルーツ しろごはん 420kcal/11.6g</p>	<p>21 きん キーマカレー スピナッチサラダ エビフリッター フルーツポンチ しろごはん 430kcal/13.0g</p>
<p>24 げつ チキンステーキ 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 しろごはん 407kcal/13.1g</p>	<p>25 か ★やわらかイカのてんぷら わふうスパ やきとり グリーンピースぼうてん にんじんグラッセ フルーツ ごましおごはん 425kcal/12.9g</p>	<p>26 すい てりやきハンバーグ にくやさしいため ホイールマカロニサラダ ほしがたハムステーキ フルーツ とうふパン/コロッケ 369kcal/10.7g</p>	<p>27 もく はるまき いんげんソテー あかかぶさつま チャプチェふう フルーツ しろごはん 417kcal/10.0g</p>	<p>28 きん やきにく ポイルやさい ごもくまめに シュガーポテト フルーツ しろごはん 433kcal/10.3g</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下さい。

☆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、魚皮ですのでご安心してお召し上がりがいただけます。

☆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。



今月の食材 主な産地			
キャベツ	愛知・千葉	米	茨城・千葉
人参	徳島・鹿児島	りんご	青森・山形
じゃが芋	長崎・鹿児島	オレンジ	アメリカ・オーストラリア
さつま芋	千葉・茨城	鶏肉	ブラジル
南瓜	メキシコ・沖縄	豚肉	カナダ