

様

(4)

2024、6月分予定献立

保護者確認欄

--

エビ、イカ、カニ、タコ

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
3 減量パン	4 米飯	5 米飯	6 麦ご飯	7 米飯
魚(たら)フライ キャベツのレモン和え レタスのスープ	あんかけ丼 さきいかとごぼうのカミカミサラダ かみかみ大豆(個包装)	鶏肉の塩こうじ焼き おかひじきのおかか和え 豆腐のみそ汁	カレーライス もずくサラダ	いかの煮付け にんじんシリシリ すり身団子のすまし汁
10 減量パン	11 米飯	12 減量パン	13 す飯	14 米飯
ハムステーキ(ケチャップソースかけ) カリフラワーのカレー味 たまねぎのスープ	豚肉とピーマンの炒め物 具だくさんみそ汁 パインアップルスライス(個包装)	鶏肉のなるとオレンジソース アスパラサラダ(小袋フレンチドレッシング) コンソメスープ	手巻きずし (卵、ウインナー、竹輪、) ツナ、焼きのり 魚麵のすまし汁	いわしのかぼす煮 小松菜の和え物 五目汁
17 減量パン	18 米飯	19 米飯	20 米飯	21 米飯
鶏肉とレバーのソースからめ 汁ビーフン 淡路のびわゼリー	他人丼 ささみサラダ	焼き魚(まだい) さやいんげんのごま和え あわ神七福汁	マーボー春雨 モロヘイヤのスープ	魚(すずき)のしそレモン風味 ブロッコリー 豆腐のすまし汁
24 ナン	25 米飯	26 減量黒糖パン	27 米飯	28 米飯
ドライカレー 野菜のスープ煮	さわらの西京焼き きゅうりの和え物 かきたま汁	皿うどん ハムサラダ	ユーリンチー 小松菜のナムル 豆苗スープ	豚肉のアップルソース ボイルキャベツ じゃがいものみそ汁

※わかめ、ちりめん等海産物には、エビ・カニ等が含まれることがあります。

10(月)			11(火)			12(水)			13(木)			14(金)		
減量パン ハムステーキ(ケチャップソースかけ) カリフラワーのカレー味 たまねぎのスープ			米飯 豚肉とピーマンの炒め物 具だくさんみそ汁 パインアップルスライス(個包装)			減量パン 鶏肉のなるとオレンジソース アスパラサラダ(小袋フレンチドレッシング) コンソメスープ			す飯 手巻きずし (卵、ウィンナー、竹輪、 ツナ、焼きのり) 魚麵のすまし汁			米飯 いわしのかぼす煮 小松菜の和え物 五目汁		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
ポロニアステーキ 40g	1枚		豚肉ももスライス	45	54	鶏もも皮つき	50	60	手巻き用卵 15g	1本	1本	いわしかぼすレモン煮 50g	1尾	1尾
ポロニアステーキ 50g		1枚	米ぬか油	0.5	0.6	でんぷん	5	6	手巻き用ウィンナー	1本	2本			
上白糖	0.06	0.07	にんじん	10	12	米ぬか油	5	6	焼き竹輪 25g	1本	2本	こまつな	40	48
ケチャップ	3.3	3.96	たけのこ水煮	20	24	こいくちしょうゆ	3.2	3.84	うすくちしょうゆ	0.2	0.4	にんじん	3	3.6
ウスターソース	0.8	0.96	ピーマン	15	18	本みりん	0.8	0.96	三温糖	0.16	0.32	上白糖	0.6	0.72
水	0.8	0.96	もやし	12	14.4	水	2	2.4	清酒	0.14	0.28	うすくちしょうゆ	1.76	2.11
			しょうが	0.48	0.58	島ジャム なるとオレンジ	4	4.8						
冷凍カリフラワー	15	18	こいくちしょうゆ	3.6	4.32				キャベツ	17	21	鶏つくね	25	30
ブロッコリー	15	18	清酒	0.5	0.6	グリーンアスパラガス	12	14.4	きゅうり	10	12	チンゲンサイ	25	30
カレー粉	0.03	0.04	三温糖	2	2.4	たまねぎ	10	12	まぐろ油漬け	25	30	しらたき	15	18
天外天塩	0.12	0.14	オイスターソース	1	1.2	ツイストマカロニ	5	6	しょうゆ	1.8	2.16	油揚げ	2	2.2
						ポークハム	12	14.4	米酢	1.6	1.92	にら	3	3
たまねぎ	20	25	にんじん	10	14				上白糖	0.6	0.72	スープベースチキン	10	10
にんじん	9	11	木綿豆腐	30	35	フレンチドレッシング 8ml (乳・卵・小麦不使用)	1袋	1袋				天外天塩	0.1	0.11
レタス	25	30	突きこんにやく	20	25				焼きのり4切6枚入	1袋	1袋	こしょう	0.03	0.04
セロリー	3	4	ごぼう	9	11	ベーコン	5	6				うすくちしょうゆ	3.6	3.7
丸鶏スープベースHD	12	12	葉ねぎ	3.5	3.5	たまねぎ	20	24	魚麵	20	25			
天日塩	0.38	0.44	みそ	7.25	7.4	にんじん	9	11	にんじん	10	12			
こしょう	0.01	0.02	煮干し	4	4	キャベツ	17	22	乾燥湯葉	1	1.2			
						セロリー	3.3	4	葉ねぎ	3.5	3.5			
			パインアップルスライス 40g	1袋	1袋	丸鶏スープベースHD	12	12	うすくちしょうゆ	3.6	3.8			
						天外天塩	0.68	0.7	天外天塩	0.15	0.16			
						こしょう	0.02	0.03	出し昆布	0.6	0.6			
									削り節 3号だし	4	4			
									すしのこ	4.4	5.7			

24(月)			25(火)			26(水)			27(木)			28(金)		
ナン ドライカレー 野菜のスープ煮			米飯 さわらの西京焼き きゅうりの和え物 かきたま汁			減量黒糖パン 皿うどん ハムサラダ			米飯 ユーリンチー 小松菜のナムル 豆苗スープ			米飯 豚肉のアップルソース ボイルキャベツ じゃがいものみそ汁		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
豚ひき肉	20	24	さわら切身 50g	1切れ	1切れ	皿うどん	小1, 2年	その他	鶏もも皮つき	50	60	豚肉ももスライス	60	72
牛ひき肉	20	24	白みそ	5.7	5.7	鶏ももスライス	25	30	でんぷん	4.5	5.4	たまねぎ	7	8.4
たまねぎ	50	60	清酒	1.4	1.4	米ぬか油	0.3	0.36	米ぬか油	5	6	りんご	6	7.2
にんじん	15	18	三温糖	0.85	0.85	キャベツ	42	50.4	にんにく	0.3	0.36	ケチャップ	7	8.4
ピーマン	7	8.4	本みりん	0.2	0.2	チンゲンサイ	15	18	上白糖	2.5	3	ウスターソース	2.9	3.48
マッシュルーム	3	3.6	きゅうり	30	36	たまねぎ	28	33.6	うすくちしょうゆ	2.4	2.88	上白糖	0.35	0.42
にんにく	0.6	0.72	刻み昆布	0.5	0.6	にんじん	16	19.2	米酢	1.8	2.16	こいくちしょうゆ	1.2	1.44
有塩バター	1.6	1.92	こいくちしょうゆ	2.2	2.64	葉ねぎ	5	6	本みりん	1	1.2	米ぬか油	0.5	0.6
小麦粉	1.2	1.44	上白糖	0.45	0.54	しょうが	0.8	0.96	水	3	3.6	キャベツ	40	48
カレー粉	0.72	0.86	米酢	1.8	2.16	スープベースチキン	10	12	こまつな	40	48	天外天塩	0.1	0.12
ウスターソース	0.9	1.08	ごま油	0.6	0.72	うすくちしょうゆ	5.4	6.48	もやし	20	24	こしょう	0.01	0.01
天外天塩	0.8	0.96	塩蔵わかめ	1.2	1.3	天外天塩	0.25	0.3	にんじん	2	2.4	じゃがいも	35	40
赤ワイン	0.8	0.96	なると	5	6	こしょう	0.02	0.02	ごま油	0.3	0.36	たまねぎ	30	35
フルーツチャツネ	0.7	0.84	たまねぎ	12	14	清酒	0.3	0.36	うすくちしょうゆ	3	3.6	にんじん	10	12
荒挽ミニカクテルウインナー	15	18	にんじん	9	11	でんぷん	2.5	3	焼豚	5	6	油揚げ	2	2.2
キャベツ	30	35	木綿豆腐	30	35	チキンハム	12	14.4	たまねぎ	20	25	葉ねぎ	3.5	3.5
じゃがいも	45	50	鶏卵	15	17	キャベツ	35	42	にんじん	9	11	みそ	7.25	7.4
たまねぎ	35	40	葉ねぎ	3.5	3.5	きゅうり	10	12	豆苗	8	10	煮干し	4	4
にんじん	18	22	天外天塩	0.15	0.17	冷凍ホールコーン	5	6	セロリー	3.3	4			
セロリー	3	4	うすくちしょうゆ	4.3	4.4	上白糖	1.1	1.32	丸鶏スープベースHD	12	12			
丸鶏スープベースHD	15	15	でんぷん	0.3	0.33	米酢	2.8	3.36	天外天塩	0.68	0.7			
ベーコン	5	6	出し昆布	0.6	0.6	うすくちしょうゆ	2.2	2.64	こしょう	0.02	0.03			
天外天塩	0.6	0.65	削り節 3号だし	4	4				こんにゃく寒天	1	1			
こしょう	0.02	0.03												
ナン	小1~3年 小4~6年 中・職	50 70 100	ナンは通常のパンをとっていない 人の分も入れていきます。明細を確 認の上、喫食の判断をお願いします。			黒砂糖	10	14						