令和4年6月献立予定表

令和4年5月25日　幼保連携型認定こども園　城山幼稚園

日	曜	昼食	赤：血や肉になる	黄：熱や力になる	緑：調子を整える	おやつ	エネルギー
1	水	わかめご飯　のっぺい汁 野菜と蒸し鶏のサラダ	鶏小間肉　鶏むね肉　焼き豆腐 わかめ　牛乳　スキムミルク　かつお節 とろけるチーズ	白米　砂糖　油　片栗粉　里芋 こんにゃく　ごま油　ミックス粉	人参　ごぼう　大根　小ねぎ　干椎茸 キャベツ　きゅうり　にんにく　ケチャップ	ピザ蒸しパン	551
2	木	麦ごはん　照り焼きチキン スパゲティサラダ　牛乳	鶏もも肉　プレスハム　鶏卵　牛乳	白米　押麦　スパゲティ麺　砂糖 マヨネーズ　油　コーン	人参　きゅうり　グリーンピース ケチャップ　にんにく	ケチャップおにぎり	647
3	金	雑穀ごはん　鶏マヨ ドレッシングサラダ	鶏もも肉	白米　雑穀　マヨネーズ　薄力粉 油　片栗粉　コーン　オリーブオイル 砂糖　バター　ココア	人参　玉ねぎ　ケチャップ　ピーマン キャベツ　きゅうり　ブロッコリー	ココアクッキー	576
4	土	ごはん　デジプルコギ風 野菜サラダ	豚小間肉	白米　ごま油　砂糖　ごま　油	人参　玉ねぎ　にら　にんにく きゅうり　キャベツ	お菓子	375
6	月	麦ごはん　タンドリーチキン ブロッコリーサラダ　牛乳	鶏もも肉　ヨーグルト スキムミルク　牛乳　鶏卵	白米　押麦　コーン　ごま　砂糖 マヨネーズ　ミックス粉　バター　薄力粉	人参　きゅうり　キャベツ　にんにく ブロッコリー　ケチャップ　しょうが	カスタードケーキ	667
7	火	ごはん　魚のチーズフライ　牛乳 ミネストローネ　野菜のフレンチ和え	魚　粉チーズ　牛乳　かつお節	白米　薄力粉　油　パン粉 砂糖　薄力粉　バター　じゃがいも オリーブオイル	人参　きゅうり　キャベツ　玉ねぎ しめじ　パセリ　ホールトマト　高菜	高菜おにぎり	517
8	水	鮭の混ぜご飯　豚汁 野菜のごま和え	鮭フレーク　豚小間肉　味噌　鶏卵	白米　油　里芋　ごま　こんにゃく 砂糖　薄力粉　バター	人参　しめじ　小松菜　玉ねぎ 干椎茸　長ねぎ　もやし　キャベツ 大根　白菜　りんご	りんごケーキ	506
9	木	ごはん　豚肉と春雨の中華炒め もやしときゅうりの中華和え　牛乳	豚ひき肉　牛乳　油揚げ　ひじき 大豆ミート	白米　春雨　ごま油　砂糖 ごま　油	人参　キャベツ　にら　竹の子　きくらげ きゅうり　もやし　いんげん　にんにく	ひじきと油揚げの おにぎり	594
10	金	**お楽しみメニュー**	牛乳　おから　鶏卵	砂糖　ミックス粉　チョコレート バター		おからチョコケーキ	166
11	土	肉うどん 野菜のみそネーズ和え	牛小間肉　みそ	うどん　砂糖　油　ごま　マヨネーズ	人参　玉ねぎ　干椎茸　長ねぎ ブロッコリー　きゅうり　キャベツ	お菓子	354
13	月	ごはん　鶏肉のから揚げ 野菜の中華和え　春雨スープ	鶏もも肉　とろけるチーズ	白米　薄力粉　片栗粉　油　砂糖 ごま油　ごま　春雨　ミックス粉　コーン	人参　きゅうり　キャベツ にんにく 生姜　白菜　小葱　干椎茸	チーズ蒸しパン	486
14	火	ごはん　豚肉のりんごソース炒め もぐもぐゴンボー　牛乳	豚小間肉　ちりめんじゃこ プレスハム　牛乳	白米　油　砂糖 マヨネーズ	人参　玉ねぎ　りんご　にんにく しょうが　ごぼう　きゅうり　ゆかり	ゆかりおにぎり	580
15	水	**お弁当デー**	ツナ　牛乳　鶏卵	ミックス粉　マヨネーズ	玉ねぎ　パセリ	ツナパン	111
16	木	雑穀ごはん　魚のカレー揚げ れんこんとツナのサラダ　牛乳	魚　ツナ　牛乳	白米　雑穀　マヨネーズ　薄力粉 油　砂糖　コーン　バター	人参　蓮根　キャベツ　ブロッコリー	コーンおにぎり	542
17	金	中華おこわ　卵スープ もやしとじゃこのナムル 豆腐花(トーファー)	鶏小間肉　鶏卵　ちりめんじゃこ 豆乳	白米　餅米　ごま油　コーン　砂糖 ミックス粉　油　ごま	人参　竹の子　干椎茸　小ねぎ 玉ねぎ　きくらげ　みかん缶　もやし 小松菜　にんにく	ちんすこう	480
18	土	スパゲティナポリタン コンソメスープ	ベーコン	スパゲティ麺　油　じゃがいも	人参　玉ねぎ　ピーマン　キャベツ ケチャップ　ブロッコリー　パセリ	お菓子	350
20	月	ごはん　鶏肉と野菜のチーズ焼き 野菜のごまマヨネーズ　牛乳	鶏もも肉　とろけるチーズ 牛乳　スキムミルク　鶏卵　おから	白米　じゃがいも　ごま　マヨネーズ 薄力粉　バター　砂糖	人参　きゅうり　キャベツ　バジル ブロッコリー　玉ねぎ　ケチャップ にんにく	おからごまスコーン	657
21	火	ごはん　魚の照り焼き 野菜とわかめの甘酢和え　味噌汁	魚　わかめ　味噌　豆腐	白米　砂糖　油	人参　きゅうり　大根　にんにく しょうが　玉ねぎ　小ねぎ　しめじ えのき	焼きおにぎり	431
22	水	ごはん　麻婆豆腐 拌三絲	合挽肉　木綿豆腐　味噌 ハム　錦糸卵　スキムミルク　鶏卵	白米　砂糖　片栗粉　油 春雨　ごま　ごま油　ミックス粉　バター	人参　玉ねぎ　にら　しょうが きゅうり	キャロットケーキ	512
23	木	ごはん　鶏レバーの甘辛煮 炒めビーフン　味噌汁	鶏レバー　かまぼこ　みそ　わかめ ちりめんじゃこ　かつお節　油揚げ	白米　砂糖　油　ビーフン麺	人参　キャベツ　ピーマン　しょうが 玉ねぎ　大根　小ねぎ　干しいたけ	じゃこおかか おにぎり	549
24	金	きのこカレーライス キャベツとツナのサラダ　牛乳	鶏小間肉　ツナ　牛乳 豆腐　スキムミルク　鶏卵　きな粉	白米　じゃがいも　油 マヨネーズ　砂糖　ミックス粉	人参　玉ねぎ　グリーンピース しめじ　えのき　キャベツ　きゅうり	豆腐のふわふわ ドーナツ	594
25	土	牛肉丼 わかめスープ	牛小間肉　わかめ	白米　砂糖　油　ごま油	人参　玉ねぎ　干椎茸　長ねぎ	お菓子	441
27	月	麦ごはん　豚肉のしょうが焼き 野菜の磯和え　牛乳	豚小間肉　刻みのり　牛乳 スキムミルク　鶏卵	白米　押麦　砂糖　ミックス粉 バター	人参　玉ねぎ　キャベツ　もやし しょうが	マドレーヌ	559
28	火	ぶっかけうどん　きんぴらごぼう フルーツカクテル	牛小間肉　ツナ　寒天 わかめ	うどん麺　砂糖　油　こんにゃく　ごま油 ごま　氷みつ　白米　マヨネーズ コーン	人参　長ねぎ　オクラ　大根 ごぼう　いんげん　フルーツミックス缶	ツナとコーンの おにぎり	556
29	水	ごはん　スパニッシュオムレツ 野菜のマヨネーズ和え　牛乳	卵　ベーコン　とろけるチーズ スキムミルク　牛乳	白米　じゃがいも　砂糖　マヨネーズ コーンフレーク バター　マシュマロ イチゴジャム	人参　ほうれん草　ブロッコリー 玉ねぎ　きゅうり　キャベツ　パセリ	コーンフレークバー	585
30	木	雑穀ごはん　魚の味噌マヨ焼き なます　わかめのすまし汁	魚　油揚げ　錦糸卵　味噌　わかめ	白米　雑穀　マヨネーズ　ごま 砂糖	人参　大根　切干大根　蓮根 小ねぎ　玉ねぎ	干大根と蓮根の おにぎり	485

※材料はすべて（昼食・おやつ）一緒に表示してあります

●主な材料だけを表示してあります　　●献立及び材料は変更する場合もあります。

今月は中国で食事の時使う言葉について紹介します。中国語では「いただきます」に近い言葉で、「ナーウォメンカイシーチーバー」「では、食べましょう」という意味の言葉を使うそうです。また、おいしいという表現でも、食べ物がおいしい時には、「ハオチー」、飲み物がおいしい時には「ハオフー」というそうです。

今月は中国で食べられる豆腐花(トーファー）を提供します。豆乳を使った冷たいデザートです。じめじめとした季節には

水質検査について

4月に水質検査を実施し、「異常なし」であったことをご報告させていただきます。

6月10日に今年度初めてのお楽しみメニューを実施します。今年度はメニューディレクターのお友達が、ランチの献立を考えてくれます。

どんな献立になるのか、厨房スタッフも楽しみです。玄関横にランチを展示していますので、ぜひご覧ください。

お弁当デー

6月15日はお弁当デーです。お弁当、水筒、お箸のセットの準備をお願いします。ちっちぐんぐんは、園でお茶とスプーン、フォークを用意します。よろしくお願いします。