

幼稚園給食献立表

平成29年6月

須磨浦幼稚園

日 曜日	献立名	材 料 名		
		(黄)力のもとになるもの	(緑)体の調子を整えるもの	(赤)血や肉となるもの
1 木	ごはん 牛乳 ハンバーグオニオントマトソース 温野菜 南瓜と人参のスープ	米 キャノーラ油 片栗粉 じゃが芋	玉葱 ホールトマト ブロッコリー 南瓜 人参	ハンバーグ(牛・鶏) 牛乳
5 月	ごはん 牛乳 鶏肉のレモン醤油焼 キャベツと法蓮草の和え物 わかめとうずまき麩のみそ汁	米 キャノーラ油 砂糖 麩	レモン パセリ キャベツ 法蓮草 人参 干しいたけ わかめ	鶏肉 味噌 牛乳
6 火	パン 牛乳 白身魚フライ マカロニサラダ サツマ芋としめじのスープ マーマレード	食パン 小麦粉 パン粉 キャノーラ油 マカロニ マヨネーズ サツマ芋	玉葱 ミックスベジタブル しめじ パセリ マーマレード	ホキ骨なし 牛乳
8 木	ごはん 牛乳 鯖の漬け焼き 里芋と厚揚げの煮物 小松菜とうずまき麩のみそ汁	米 キャノーラ油 里芋 砂糖 麩	おろし生しょうが 人参 いんげん 小松菜	鯖骨なし 厚揚げ 味噌 牛乳
9 金	ごはん 牛乳 チキンカレー 花野菜サラダ パイ	米 じゃが芋 キャノーラ油 ジャウフレーク パーモントフレーク	玉葱 ブロッコリー カリフラワー コーン 人参 ベビーパイ	鶏肉 牛乳
13 火	ごはん 牛乳 中華丼 蒸しシューマイ みかん缶	米 ごま油 片栗粉	白菜 チンゲン菜 たけのこ 玉葱 人参 しいたけ きくらげ みかん	豚肉 シューマイ(鶏・豚) 牛乳 牛乳
15 木	ごはん 牛乳 鱈の竜田揚げ 小松菜ともやしのとえ物 サツマ芋とうずまき麩のみそ汁	米 片栗粉 キャノーラ油 砂糖 サツマ芋	小松菜 緑豆もやし 人参 青葱	鱈骨なし うず揚げ 味噌 牛乳
16 金	ごはん 牛乳 鶏肉の照り焼き 煮豆 わかめと麩のみそ汁	米 キャノーラ油 こんにゃく 砂糖 麩	人参 グリンピース わかめ 青葱	鶏肉 大豆 味噌 牛乳
19 月	ごはん 牛乳 冷しうどん 豚肉の塩麹炒め ももゼリー	米 うどん 砂糖 ももゼリー	キュウリ わかめ スナップえんどう 人参	うず揚げ カニ風味かまぼこ 豚肉 牛乳
20 火	パン 牛乳 鶏肉の香草焼き 南瓜のサラダ 豆腐とチンゲン菜のスープ	ドッグパン キャノーラ油 マヨネーズ	パセリ 南瓜 レーズン キュウリ チンゲン菜	鶏肉 豆腐 牛乳
22 木	ごはん 牛乳 鱈の西京焼き 切干大根と竹輪の炒め煮 小松菜と麩のすまし汁	米 砂糖 キャノーラ油 ごま油 いらごま 麩	切干大根 人参 いんげん 小松菜	鱈骨なし 味噌 竹輪 牛乳
23 金	ごはん 牛乳 変わりだねチャーハン わかめスープ 和梨ゼリー	米 キャノーラ油 ごま油 いらごま 和梨ゼリー	玉葱 蓮根 ごぼう しめじ ミックスベジタブル わかめ 人参	シーチキン 大豆たんぱく 牛乳
27 火	めん 牛乳 ポークトマトスパゲティ ポテトサラダ オレンジ	スパゲティ 砂糖 キャノーラ油 じゃが芋 マヨネーズ	玉葱 ピーマン ミックスベジタブル オレンジ	豚肉 牛乳
29 木	ごはん 牛乳 鯖の梅肉焼き キュウリとわかめの酢の物 手作りのフルーツゼリー	米 キャノーラ油 砂糖	練り梅 キュウリ わかめ 人参 フルーツカクテル 粉寒天	鯖骨なし 花かつお しらす干し 牛乳
30 金	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 揚肉団子	米 砂糖 片栗粉 キャノーラ油	玉葱 人参 しいたけ おろし生しょうが おろし生にんにく 青葱 グリンピース	豚肉 大豆たんぱく 豆腐 赤味噌 肉団子(鶏・豚) 牛乳

※食材料等の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

二十四節気夏至(げし)



夏至は、6月21日頃(2017年は6月21日)のことです。

一年で昼間が最も長く、夜が最も短い日です。

冬至と比較すると昼間の時間差は4時間以上もあります。

冬至にはかぼちゃを食べる風習がありますが、夏至は地方によってさまざま、関西ではタコを食べる習慣があり、関東では焼き餅をお供えしたりします。

沖縄では、このころに吹く季節風のことを「夏至南風」(カーチーバー)といい、この風が吹くとようやく梅雨が明けて本格的な夏が訪れるそうです。



へいせい29ねん
6がつ



《きゅうしょくこんだてひょう》

すまうらようちえん

				1(木)	2(金)
				はんばーくおにおんとまとそーす おんやさい かぼちゃとにんじんのすーぷ ごはん ぎゅうにゅう	《きゅうしょくなし》
5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	
とりにくのれもんしょうゆやき きやべつとほうれんそうのあえもの わかめとうすまきふのみそしる ごはん ぎゅうにゅう	しろみざかなふらい まかろにさらだ さつまいもとしめじのすーぷ ぱん&まーまれーど ぎゅうにゅう	《おべんとうのひ》	さばのつけやき さといもとあつあげのもの こまつなとうすまきふのみそしる ごはん ぎゅうにゅう	ちきんかれー はなさやいさらだ ぱいん ぎゅうにゅう	
12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	
《えんがいほいく》	ちゅうかどん むししゅーまい みかんかん ぎゅうにゅう	《おべんとうのひ》	とりにくのてりやき にまめ わかめとふのみそしる ごはん ぎゅうにゅう	ひやしうどん ぶたにくのしおこうじいため ももぜりー ぎゅうにゅう	
19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	
ぎゅうにくとやさいのすたみなどん かいばしらふらい じゃがいもとわかめのみそしる ぎゅうにゅう	とりにくのこうそうやき かぼちゃのさらだ とうふとちんげんさいのすーぷ ぱん ぎゅうにゅう	《おべんとうのひ》	たらのさいきょうやき きりほしだいこんとちくわのいために こまつなとふのすましじる ごはん ぎゅうにゅう	かわりだねちゃーはん わかめすーぷ わなしぜりー ぎゅうにゅう	
26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	
ふりかえきゅうぎょうび	ぼーくとまとすばげてい ぼてとさらだ おれんじ ぎゅうにゅう	《おべんとうのひ》	さわらのばいにくやき きゅうりとわかめのすのもの てづくりのふるーつぜりー ごはん ぎゅうにゅう	まーぼーどうふ あげにくだんご ごはん ぎゅうにゅう	