

6月の献立表

からーれキッズ川鶴・第2 令和3年 6月

曜日	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日					
日付				1	15		2	16		3	17		4	18				
給食				二色丼 青菜ののり和え すまし汁 フルーツ			焼きうどん さつまいものオレンジ煮 かきたま汁 フルーツ			パン かじきのピカタ スープ サラダ フルーツ			ごはん なすのとりそぼろあん 野菜のしらす和え みそ汁 フルーツ					
材料							精白米 鶏肉 たまご 砂糖 しょうゆ 青菜 のり しめじ ごま油 しょうゆ 砂糖 たまねぎ きのこと フルーツ			うどん 豚肉 にんじん キャベツ さやいんげん 油 しょうゆ かつお節 さつまいも オレンジ たまご だし フルーツ			パン めかじき たまご チーズ 牛乳 小麦粉 油 コーン キャベツ にんじん フルーツ			精白米 なす 豚肉 ごま油 オイスターソース しょうゆ 青菜 しらす にんじん だし じゃがいも たまねぎ わかめ みそ フルーツ		
日付	7	21		8	22		9	30		10	24		11	25				
給食	ごはん 肉じゃが トマトときゅうり和え みそ汁 フルーツ			納豆ごはん 鮭の塩焼き レタスと青菜のごまみそ和え すまし汁 フルーツ			たんめん かぼちゃサラダ フルーツ			おからパン チキンチャウダー コールスロー フルーツ			カレーライス だいこんのサラダ スープ フルーツ					
材料	精白米 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん えのき だし しょうゆ みりん トマト きゅうり ツナ マヨネーズ ねぎ わかめ みそ フルーツ			精白米 納豆 鮭 レタス 青梗菜 かつお節 みそ ごま 砂糖 大根 だし みそ フルーツ			中華麺 キャベツ にんじん しいたけ もやし 豚肉 しょうゆ だいこん にんじん ごま油 フルーツ			パン 鶏肉 キャベツ さつまいも たまねぎ 牛乳 きゅうり コーン マヨネーズ フルーツ			精白米 豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ カレールウ ソース かぼちゃ チーズ マヨネーズ ほうれんそう フルーツ					
日付	14	28		29			23			<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p style="text-align: center;">お弁当の日</p>  <p style="text-align: center;">～お弁当の食中毒予防のポイント～</p> <ul style="list-style-type: none"> *清潔なお弁当箱を使いましょう *熱いごはんやおかずは、しっかり冷ましてからお弁当箱に詰めましょう *生ものや水分の多いものは避けましょう *ハムやかまぼこなど冷蔵品のものは加熱して使いましょう </div> <div style="width: 30%;"> <p style="text-align: center;">今月の平均エネルギー供給量</p> <ul style="list-style-type: none"> ・エネルギー 462kcal(3歳未満児) 554kcal(3歳以上児) ・タンパク質 18.1g(3歳未満児) 21.7g(3歳以上児) </div> <div style="width: 30%;"> <p style="text-align: center;">今月のフルーツ(予定)</p> <p style="text-align: center;">柑橘類、メロン、バナナ、キウイフルーツ</p> </div> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  </div>								
給食	ナポリタン ポテトサラダ スープ フルーツ			ごはん あじバーグ 切り干し煮 みそ汁 フルーツ														
材料	スパゲッティ たまねぎ にんじん ピーマン ハム ケチャップ じゃがいも きゅうり ツナ マヨネーズ キャベツ フルーツ			精白米 青菜 鶏肉 しょうゆ 砂糖 みりん いんげん ピーマン パプリカ ベーコン カレー粉 にんじん しいたけ ねぎ 春雨 フルーツ														