



2019年度 6月給食よていこんだて(豊中みどり幼稚園2号)



	こんだて名			ちからがでる たべもの きいろ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート				
1日 土曜日	チャーハン		もやしのボン酢和え 黄桃缶	米、油、ごま油	鶏肉	ねぎ、人参、玉ねぎ コーン、もやし 人参、黄桃缶	ボン酢
3日 月曜日 麺の日	肉野菜うどん		さつまいもの煮物 白菜の塩昆布和え ふかし芋	うどん 砂糖 さつまい	豚肉 さつまい揚げ 塩昆布	キャベツ、玉ねぎ、人参、大根 白菜、きゅうり 小松菜	みりん
4日 火曜日	ひじきごはん	ひき肉とれんこんの炒め物	かぼちゃの煮物 キャベツのしらす和え 切干大根とごぼうのみそ汁 オレンジ	米、油 砂糖	ひじき、油揚げ 鶏肉、しらす みそ	キャベツ、れんこん 人参、にんにく、南瓜 切干大根、ごぼう、オレンジ	みりん
5日 水曜日	お弁当の日						
6日 木曜日 パンの日	ロールパン	白身魚のマヨ焼き	ほうれん草のソテー コーンサラダ オニオンスープ 牛乳 パナナ	パン、マヨネーズ パン粉、油	タラ 牛乳	人参、パプリカ、ほうれん草 もやし、キャベツ、コーン 玉ねぎ、バナナ、パセリ粉	コンソメ 和風ドレッシング
7日 金曜日	ふりかけごはん	鶏のから揚げ	ビーマンソテー 豆腐のごまドレサラダ インゲンと玉ねぎのすまし汁 バイン缶	米、片栗粉、油 ふりかけ	鶏肉、豆腐	生姜、人参、コーン、もやし ブロッコリー、ピーマン インゲン、玉ねぎ、バイン缶	ごまドレッシング
8日 土曜日	ホットドック		野菜と大豆のスープ 黄桃缶	パン	ウインナー 大豆	キャベツ、人参 玉ねぎ、黄桃缶	ケチャップ コンソメ
10日 月曜日	お弁当の日						
11日 火曜日	ゆかりごはん	さごしの幽庵焼き	ブロッコリーのゴマ和え ハムステーキ 里芋と揚げのみそ汁 オレンジ	米、ごま、里芋 油	さごし、ハムステーキ 油揚げ、みそ	レモン汁、ブロッコリー 人参、ゆかり粉 オレンジ	みりん
12日 水曜日	ビビンバ丼		しゅうまい 切干大根の中華和え チンゲン菜の中華スープ りんご	米、片栗粉、ごま 砂糖、ごま油	豚肉、しゅうまい 豆腐	切干大根、ほうれん草 チンゲン菜、もやし、きゅうり 人参、にんにく、りんご	中華スープ 酢
13日 木曜日 パンの日	黒糖ロール	チキンケチャップ	海藻サラダ マッシュポテト インゲンとベーコンのスープ 牛乳 マカロニきな粉	パン、砂糖 じゃが芋、油 マカロニ	鶏肉、きなこ ベーコン、わかめ 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、大根 きゅうり、コーン インゲン、パセリ粉	コンソメ ケチャップ 和風ドレッシング
14日 金曜日	しらすごはん	豆腐の肉みそかけ	南瓜の天ぷら もやしのおかか和え かまぼこと小松菜のおすまし フルーチェ	米、油、砂糖 小麦粉 フルーチェの素	豆腐、鶏肉、みそ かまぼこ、しらす かつお節、牛乳	ねぎ、南瓜 小松菜 もやし、人参	みりん
15日 土曜日	マーボー茄子丼		切干大根のごま酢和え 白桃缶	米、油、片栗粉 砂糖、ごま	鶏肉、みそ	なす、ねぎ、生姜 切干大根、胡瓜 人参、白桃缶	中華スープ 酢
17日 月曜日 麺の日	ウインナーとズッキーニのスパゲティー		フライドポテト 花野菜のサラダ 貝だくさんスープ ココア蒸しパン	スパゲティー、フライドポテト 油、砂糖 ホットケーキの素、ココア	ウインナー	玉ねぎ、ズッキーニ ブロッコリー、カリフラワー 人参、もやし、インゲン	コンソメ ウスターソース、ケチャップ ごまドレッシング
18日 火曜日	ゆかりごはん	タラの野菜あんかけ	こんにゃくの金平 キャベツのおかか和え なめことねぎのみそ汁 バイン缶	米、油、片栗粉、砂糖 こんにゃく、ごま油	タラ かつお節 みそ	ゆかり粉、人参、ピーマン 玉ねぎ、キャベツ、なめこ ねぎ、バイン缶	ケチャップ 酢 みりん
19日 水曜日	お弁当の日						
20日 木曜日 パンの日	ロールパン	鶏肉のカレー炒め	スパニッシュ風オムレツ フレンチサラダ 大根のスープ 牛乳 パナナ	パン 油	鶏肉、卵 牛乳	玉ねぎ、人参、コーン、グリーンピース キャベツ、きゅうり 大根、大根葉、バナナ	フレンチドレッシング カレー粉 ケチャップ、コンソメ
21日 金曜日	チャーハン	豚みそ野菜炒め	春巻き れんこんサラダ 太平燕(春雨スープ) 白桃缶	米、油、ごま油、春雨 片栗粉	干しエビ、みそ 豚肉、春巻き カニカマ	ねぎ、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン レンコン、枝豆、コーン 人参、チンゲン菜、白桃缶	中華スープ ごまドレッシング
22日 土曜日	きつねうどん		里芋の煮物 みかん缶	うどん、里芋 砂糖	味付油揚げ わかめ	人参、ねぎ 絹さや、みかん缶	みりん
24日 月曜日	カレーライス		インゲンとウインナーのソテー 人参グラッセ 福神漬け オレンジジュース	米、カレールウ、油 砂糖、じゃが芋	豚肉、ウインナー	玉ねぎ、人参 インゲン、福神漬 オレンジジュース	
25日 火曜日 おたんじょう会	枝豆ごはん	豚のすき焼き風煮	竹の子の煮物 スパサラダ えのきと葱のみそ汁 カルピスポンチ	米、糸こんにゃく 砂糖、スパゲティー マヨネーズ	豚肉、焼き豆腐 みそ カルピス、寒天	枝豆、ねぎ、竹の子 インゲン、きゅうり、コーン えのき、白菜、フルーツ缶	みりん
26日 水曜日	お弁当の日						
27日 木曜日	わかめごはん	サバフライ	ジャーマンポテト ごぼうサラダ もやしとしめじのスープ みかん缶	米、油、マヨネーズ じゃが芋、小麦粉 パン粉	サバ、ベーコン 炊き込みわかめ	玉ねぎ、もやし しめじ、みかん缶 ごぼう、人参	コンソメ ウスターソース
28日 金曜日	菜めしごはん	鶏五目煮	ブロッコリーとちくわの炒め物 大根の磯和え しいたけと葱のみそ汁 ぶどう寒天	米 こんにゃく 砂糖	鶏肉、大豆、みそ、ちくわ 昆布、のり 寒天	人参、きゅうり、大根、インゲン ごぼう、ブロッコリー、椎茸 ねぎ、菜めし、ぶどうジュース	みりん
29日 土曜日	そばろと青菜の合わせ丼		ひじき煮 白桃缶	米、油、砂糖	鶏肉、油揚げ ひじき	椎茸、ほうれん草 もやし、人参、生姜 グリーンピース、白桃缶	みりん

※材料の都合により献立を変更する場合があります。



2019年度 6月給食よていこんだて(豊中みどり幼稚園1号)



	こんだて名			ちからがでる たべもの きいろ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート				
3日 月曜日 麺の日	肉野菜うどん 		さつま揚げの煮物 白菜の塩昆布和え ふかし芋	うどん 砂糖 さつま芋	豚肉 さつま揚げ 塩昆布	キャベツ、玉ねぎ、人参、大根 白菜、きゅうり 小松菜	みりん
4日 火曜日	ひじきごはん	ひき肉とれんこんの炒め物	かぼちゃの煮物 キャベツのしらす和え 切干大根とごぼうのみそ汁 オレンジ	米、油 砂糖	ひじき、油揚げ 鶏肉、しらす みそ	キャベツ、れんこん 人参、にんにく、南瓜 切干大根、ごぼう、オレンジ	みりん
6日 木曜日 パンの日	ロールパン 	白身魚のマヨ焼き	ほうれん草のソテー コーンサラダ オニオンスープ 牛乳 パナナ	パン、マヨネーズ パン粉、油	タラ 牛乳	人参、パプリカ、ほうれん草 もやし、キャベツ、コーン 玉ねぎ、パナナ、パセリ粉	コンソメ 和風ドレッシング
7日 金曜日	ふりかけごはん	鶏のから揚げ	ピーマンソテー 豆腐のごまドレサラダ インゲンと玉ねぎのすまし汁 パイン缶	米、片栗粉、油 ふりかけ	鶏肉、豆腐	生姜、人参、コーン、もやし ブロッコリー、ピーマン インゲン、玉ねぎ、パイン缶	ごまドレッシング
11日 火曜日	ゆかりごはん	さごしの幽庵焼き	ブロッコリーのゴマ和え ハムステーキ 里芋と揚げのみそ汁 オレンジ	米、ごま、里芋 油	さごし、ハムステーキ 油揚げ、みそ	レモン汁、ブロッコリー 人参、ゆかり粉 オレンジ	みりん
12日 水曜日	ビビンバ丼		しゅうまい 切干大根の中華和え チンゲン菜の中華スープ りんご	米、片栗粉、ごま 砂糖、ごま油	豚肉、しゅうまい 豆腐	切干大根、ほうれん草 チンゲン菜、もやし、きゅうり 人参、にんにく、りんご	中華スープ 酢
13日 木曜日 パンの日	黒糖ロール 	チキンケチャップ	海藻サラダ マッシュポテト インゲンとベーコンのスープ 牛乳 マカロニきな粉	パン、砂糖 じゃが芋、油 マカロニ	鶏肉、きなこ ベーコン、わかめ 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、大根 きゅうり、コーン インゲン、パセリ粉	コンソメ ケチャップ 和風ドレッシング
14日 金曜日	しらすごはん	豆腐の肉みそかけ	南瓜の天ぷら もやしのおかか和え かまぼこと小松菜のおすまし フルーチェ	米、油、砂糖 小麦粉 フルーチェの素	豆腐、鶏肉、みそ かまぼこ、しらす かつお節、牛乳	ねぎ、南瓜 小松菜 もやし、人参	みりん
17日 月曜日 麺の日	ウインナーとズッキーニのスパゲティー		フライドポテト 花野菜のサラダ 具だくさんスープ ココア蒸しパン	スパゲティー、フライドポテト 油、砂糖 ホットケーキの素、ココア	ウインナー	玉ねぎ、ズッキーニ ブロッコリー、カリフラワー 人参、もやし、インゲン	コンソメ ウスターソース、ケチャップ ごまドレッシング
18日 火曜日	ゆかりごはん	タラの野菜あんかけ	こんにゃくの金平 キャベツのおかか和え なめこねぎのみそ汁 パイン缶	米、油、片栗粉、砂糖 こんにゃく、ごま油	タラ かつお節 みそ	ゆかり粉、人参、ピーマン 玉ねぎ、キャベツ、なめこ ねぎ、パイン缶	ケチャップ 酢 みりん
20日 木曜日 パンの日	ロールパン 	鶏肉のカレー炒め	スパニッシュ風オムレツ フレンチサラダ 大根のスープ 牛乳 パナナ	パン 油	鶏肉、卵 牛乳	玉ねぎ、人参、コーン、グリーンピース キャベツ、きゅうり 大根、大根葉、パナナ	フレンチドレッシング カレー粉 ケチャップ、コンソメ
21日 金曜日	チャーハン 	豚みそ野菜炒め	春巻き れんこんサラダ 太平燕(春雨スープ) 白桃缶	米、油、ごま油、春雨 片栗粉	干しエビ、みそ 豚肉、春巻き カニカマ	ねぎ、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン レンコン、枝豆、コーン 人参、チンゲン菜、白桃缶	中華スープ ごまドレッシング
24日 月曜日	カレーライス		インゲンとウインナーのソテー 人参グラッセ 福神漬け オレンジジュース	米、カレールウ、油 砂糖、じゃが芋	豚肉、ウインナー	玉ねぎ、人参 インゲン、福神漬 オレンジジュース	
25日 火曜日 おたんじょう会	枝豆ごはん	豚のすき焼き風煮	竹の子の煮物 スパサラダ えのきと葱のみそ汁 カルピスボンチ	米、糸こんにゃく 砂糖、スパゲティー マヨネーズ	豚肉、焼き豆腐 みそ カルピス、寒天	枝豆、ねぎ、竹の子 インゲン、きゅうり、コーン えのき、白菜、フルーツ缶	みりん
27日 木曜日	わかめごはん	サバフライ	ジャーマンポテト ごぼうサラダ もやしとしめじのスープ みかん缶	米、油、マヨネーズ じゃが芋、小麦粉 パン粉	サバ、ベーコン 炊き込みわかめ	玉ねぎ、もやし しめじ、みかん缶 ごぼう、人参	コンソメ ウスターソース
28日 金曜日	菜めしごはん	鶏五目煮	ブロッコリーとちくわの炒め物 大根の磯和え しいたけと葱のみそ汁 ぶどう寒天	米 こんにゃく 砂糖	鶏肉、大豆、みそ、ちくわ 昆布、のり 寒天	人参、きゅうり、大根、インゲン ごぼう、ブロッコリー、椎茸 ねぎ、菜めし、ぶどうジュース	みりん

※材料の都合により献立を変更する場合があります。