

6月の献立表

建国幼・小・中・高等学校



日付	献立	主な材料名
1日(火)	キムチチゲ れんこんの挟み揚げ	豚肉 白菜 玉ねぎ ニラ 大根 えのき茸 豆腐 白菜キムチ 金平れんこん 鶏ももミンチ 玉ねぎ 土生姜 卵 小麦粉 卵 パン粉 白ごま
2日(水)	ポークチャップ フライピーンズ チンゲン菜の磯和え すまし汁	豚肉 玉ねぎ しめじ えのき茸 キャベツ 水煮大豆 白ごま チンゲン菜 人参 刻みのり 豆腐 みつば
3日(木)	二色鶏天 厚揚げ煮 南瓜サラダ 味噌汁	鶏むね肉 青のり粉 黒ごま 小麦粉 卵 キャベツ 厚揚げ 人参 板こんにやく 南瓜 胡瓜 卵 おつゆ麩 青ねぎ
4日(金)	中華丼 じゃこ豆腐サラダ かき玉汁	豚肉 むきえび 水煮筍 色板かまぼこ 白菜 人参 チンゲン菜 きくらげ 片栗粉 豆腐 キャベツ ちりめん わかめ(国) 卵 青ねぎ
5日(土)	きつねうどん 牛そぼろの混ぜごはん	細うどん すし揚げ 色板かまぼこ わかめ(国) 青ねぎ 出し昆布 牛ミンチ 土生姜 ごぼう(国) にんじん みつば
7日(月)	白身魚のフライ 金平れんこん 白菜のポン酢和え 味噌汁	骨なしホキ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 金平れんこん 人参 白菜 花かつお 大根 うす揚げ
8日(火)	十六穀米 ハンバーグ スパサラダ ひじき大豆 コンソメスープ	十六穀米 合挽ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 キャベツ スパゲティ 人参 胡瓜 卵 ひじき 人参 水煮大豆 つきこん(国) 豆腐 玉ねぎ 青ねぎ
9日(水)	カレーライス グリーンサラダ	牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 パーモンドカレールー ジャワカレールー インドカレールー キャベツ 胡瓜 パプリカ(赤) パプリカ(黄)
10日(木)	ヤンニオンチキン 三色ナムル フレンチポテト 味噌汁	鶏もも肉 土生姜 にんにく 白ごま キャベツ 太もやし 人参 胡瓜 白ごま (冷)フレンチポテト わかめ 青ねぎ
11日(金)	キムチロールカツ ポテ卵サラダ 筍の土佐煮 味噌汁	豚ロース肉 キムチ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ じゃが芋 人参 胡瓜 卵 水煮筍 花かつお そうめん うす揚げ
14日(月)	クッパ かき揚げ キムチ	鶏もも肉 豆もやし 大根 人参 水煮筍 干しいたけ 卵 青ねぎ にんにく 土生姜 南瓜 玉ねぎ 青ねぎ 小麦粉 卵 キムチ
15日(火)	鶏肉のハーブ焼き スパゲティソース 大根のナムル 味噌汁	鶏もも肉 ハーブミックス キャベツ スパゲティ 玉ねぎ ピーマン 大根 胡瓜 白ごま 南瓜 青ねぎ
16日(水)	厚揚げと豚肉の五目丼 じゃが芋と人参の天ぷら 味噌汁	厚揚げ 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 干しいたけ (冷)グリーンピース じゃが芋 人参 大根 うす揚げ
17日(木)	ビビンバ 竹輪の磯辺揚げ ワカメスープ キムチ	牛ミンチ ぜんまい ほうれん草 人参 大根 胡瓜 豆もやし 卵 竹輪 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ(国) 白ごま 出し昆布 キムチ
18日(金)	鮭のムニエルレモン添え 含め煮 キャベツのおかか和え 味噌汁	骨なし鮭 バター 太もやし レモン 南瓜 高野豆腐 人参 キャベツ 花かつお 白菜 青ねぎ
19日(土)	醤油ラーメン キムチチャーハン	中華そば 焼豚 太もやし わかめ(国) 青ねぎ 醤油ラーメンスープ 豚ミンチ 白菜キムチ 玉ねぎ 青ねぎ 人参 卵
21日(月)	ハヤシライス ミモザサラダ	牛肉 玉ねぎ 本しめじ じゃが芋 人参 ハヤシルー キャベツ 胡瓜 人参 卵
22日(火)	豚肉生姜焼き 大学芋 小松菜の和え物 味噌汁 キムチ	豚肉 玉ねぎ 太もやし キャベツ 土生姜 さつま芋 黒ごま はちみつ 小松菜 人参 わかめ(国) 青ねぎ キムチ
23日(水)	十六穀米 白身魚の竜田揚げ チャプチェ わかめと胡瓜の酢の物 味噌汁 キムチ	十六穀米 骨なしホキ 小麦粉 片栗粉 キャベツ 韓国春雨 牛肉 玉ねぎ 干しいたけ 人参 ピーマン わかめ(国) 胡瓜 白ごま 豆腐 青ねぎ キムチ
24日(木)	木の葉丼 蒸し鶏の中華和え 味噌汁	玉ねぎ 色板かまぼこ うす揚げ 卵 青ねぎ 鶏むね肉 太もやし パプリカ(赤) わかめ(国) そうめん 花麩
25日(金)	鶏肉のオイスターソース炒め 春雨サラダ フレンチポテト 味噌汁	鶏もも肉 水煮筍 人参 ピーマン パプリカ(赤) 春雨 わかめ(国) 人参 ポークハム (冷)フレンチポテト 太もやし うす揚げ
28日(月)	鶏のから揚げ 竹輪の甘辛炒め 大根サラダ 味噌汁	鶏もも肉 にんにく 土生姜 卵 小麦粉 キャベツ 煮込みちくわ つきこん(国) 人参 大根 しらす 花かつお おつゆ麩 青ねぎ
29日(火)	鯖の塩焼き かき揚げ チンゲン菜のナムル かき玉汁 キムチ	塩鯖 大葉 南瓜 玉ねぎ 青ねぎ 小麦粉 卵 チンゲン菜 人参 白ごま 卵 青ねぎ キムチ
30日(水)	散らし寿司 さつま芋のごま天 ミニうどん	高野豆腐 人参 干し椎茸 ちりめん さくらでんぶ 卵 刻みのり ピンク甘酢生姜 さつま芋 卵 黒ごま 細うどん 青ねぎ うす揚げ 出し昆布

都合により献立が変更になる場合があります。

こども園
12日(土) ブルコギ丼 大根のちりめん和え かき玉スープ
豚肉 豚バラスライス 玉ねぎ ニラ 太もやし 干しいたけ 白ごま キャベツ 大根 胡瓜 ちりめん 花かつお 卵 玉ねぎ 青ねぎ

こども園
26日(土) オムライス ミニハンバーグ コンソメスープ
鶏もも肉 玉ねぎ ピーマン 卵 合挽ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 キャベツ 玉ねぎ 人参