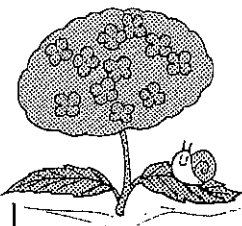


June



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(木)	挽肉ガーリック炒飯 ポテトチーズ焼き 野菜スープ	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 (冷)コーン バター にんにく じゃが芋 玉ねぎ 人参 ミックスチーズ パセリ(乾) 大根 キャベツ 人参
2日(金)	肉わかめうどん 南瓜とれんこんの天ぷら おにぎり	細うどん 牛肉 ごぼう(国) 人参 わかめ(国) 青ねぎ 出し昆布 南瓜 (冷)れんこんスライス 小麦粉 卵 白ごま
3日(土)	豚肉生姜焼き 大学芋 小松菜の和え物 味噌汁	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
5日(月)	白身魚のフライ 高野豆腐のそぼろとじ 青梗菜の塩昆布和え 味噌汁	骨なしホキ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 高野豆腐 鶏ひき肉 (冷)グリーンピース 卵 チンゲン菜 細切り塩吹き昆布 大根 うす揚げ
6日(火)	ハンバーグ スパサラダ ひじき大豆 コンソメスープ	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 キャベツ スパゲティ 人参 きゅうり 卵 ひじき 人参 水煮大豆 つきこん(国) 豆腐 玉ねぎ 青ねぎ
7日(水)	ヤンニオンチキン 三色ナムル じゃが芋の唐揚げ 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 きゅうり 白ごま じゃが芋 小麦粉 わかめ(国) 青ねぎ
8日(木)	カレーライス グリーンサラダ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ハーモントカレーウ ジャワカレーウ インドカレーウ キャベツ きゅうり パプリカ(赤・黄) 食パン
9日(金)	キムチロールカツ ポテ卵サラダ 筍の土佐煮 味噌汁	豚ロース薄切り キムチ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ じゃが芋 人参 きゅうり 卵 筍水煮 花かつお そうめん 青ねぎ
12日(月)	鶏クツパ かき揚げ キムチ	鶏もも肉 豆もやし 大根 人参 水餃子 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
13日(火)	ポークチャップ マカロニサラダ チンゲン菜の磯和え 味噌汁	豚肉 玉ねぎ しめじ えのき茸 キャベツ マカロニ 人参 (冷)グリーンピース 卵 チンゲン菜 人参 刻みのり 南瓜 青ねぎ
14日(水)	ハヤシライス コールスローサラダ卵のせ	牛肉 玉ねぎ 本しめじ じゃが芋 人参 ハヤシルウ キャベツ パプリカ(赤) 卵
15日(木)	ピビンパ ちくわの磯辺揚げ わかめスープ キムチ	牛ミンチ 豚ミンチ ぜんまい ほうれん草 人参 大根 きゅうり 豆もやし 卵 煮込み竹輪 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ(国) 白ごま 出し昆布 キムチ
16日(金)	鮭のムニエルレモン添え そぼろじゃが 小松菜のごま和え かき玉味噌汁	骨なし鮭 バター キャベツ レモン 豚ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 小松菜 人参 白ごま 卵 青ねぎ
17日(土)	醤油ラーメン 野菜と鶏肉のナムル わかめおにぎり	中華そば 焼豚 太もやし 青ねぎ 醤油ラーメンスープ 鶏むね肉 キャベツ きゅうり パプリカ(赤) 白ごま わかめご飯の素
19日(月)	揚げ鶏の酢豚風 もやしの玉子炒め キャベツの塩昆布和え 味噌汁	鶏もも肉 片栗粉 玉ねぎ 人参 パプリカ(黄) ピーマン 太もやし 干しいたけ 卵 キャベツ 人参 細切り塩吹き昆布 おつゆ麩 うす揚げ
20日(火)	マーボー野菜 蒸し鶏の中華和え 金平れんこん すまし汁	豚ミンチ じゃが芋 玉ねぎ なす 人参 青ねぎ 鶏むね肉 太もやし きゅうり わかめ(国) 金平れんこん 人参 白ごま 豆腐 みつ葉
21日(水)	十六穀米 白身魚のカレー風味揚げ 含め煮 大根のナムル 味噌汁 キムチ	十六穀米 骨なしホキ 小麦粉 片栗粉 カレー粉 卵 キャベツ 南瓜 高野豆腐 人参 大根 きゅうり 白ごま 白菜 青ねぎ キムチ
22日(木)	豚丼 チンゲン菜のツナ和え 味噌汁	豚肉 豚バラスライス 玉ねぎ 土生姜 (冷)グリーンピース チンゲン菜 人参 ツナフレーク じゃが芋 青ねぎ
23日(金)	甘酢肉団子 キャベツの塩炒め もやしのおかか和え 味噌汁	豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 玉ねぎ 人参 ピーマン 水煮筍 干しいたけ にんにく キャベツ 煮込み竹輪 太もやし パプリカ(赤) 花かつお おつゆ麩 うす揚げ
26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 煮込み竹輪 つきこん(国) 人参 大根 しらす 花かつお おつゆ麩 青ねぎ
27日(火)	鯖の塩焼き 春雨と小松菜の炒め物 白菜のポン酢和え 味噌汁 キムチ	塩鯖 大葉 春雨 豚ミンチ 小松菜 玉ねぎ 人参 土生姜 白菜 花かつお 豆腐 青ねぎ キムチ
28日(水)	ちゃんぽん麺 わかめおにぎり	中華そば 豚バラスライス キャベツ 玉ねぎ 人参 太もやし 青ねぎ きくらげ 色板かまぼこ 白湯ラーメンスープ わかめ御飯の素
29日(木)	筍のちらし寿司 さつま芋のごま天 ミニうどん	高野豆腐 水餃子 人参 干しいたけ ちりめんじゃこ 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
30日(金)	キムチチゲ れんこんはさみフライ	豚肉 白菜 玉ねぎ なら 大根 えのき茸 豆腐 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

都合により献立が変更になる場合があります。

こども園

10日(土) 親子丼 けんちん汁

鶏もも肉 玉ねぎ 青ねぎ 卵 大根 さつま芋 人参 つきこん(国)
煮込み竹輪 うす揚げ 青ねぎ