

令和8年6月のメニュー

きざろ幼稚園

月		火		水		木		金	
1	<p>ごはん 煮込みハンバーグ (豚ひき肉・玉ねぎ・人参・卵・パン粉・ケチャップ)</p> <p>じゃこサラダ (レタス・きゅうり・わかめ・ちりめんじゃこ・ごま油)</p> <p>みそ汁 (じゃが芋・ほうれん草)</p>	2	<p>ごはん 魚のムニエル (ホキ・小麦粉・バター)</p> <p>ひじきの煮物 (ひじき・人参・いんげん・ごぼう・油揚げ・れんこん・大豆水煮・つきこんにやく)</p> <p>みそ汁 (えのき・青梗菜)</p>	3	<p>ごはん 肉豆腐 (豚肉・豆腐・玉ねぎ・しめじ・小松菜)</p> <p>さつま芋の粉ふき芋 (さつま芋・黒ごま)</p> <p>みそ汁 (麩・大根・万能ねぎ)</p>	4	<p>ごはん 千草焼き (卵・鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・生しいたけ・いんげん)</p> <p>ごま酢和え (キャベツ・人参・きゅうり・生竹輪・切干大根・すりごま)</p> <p>みそ汁 (油揚げ・小松菜)</p>	5	<p>ごはん 酢豚 年長お弁当 (豚肉・玉ねぎ・竹の子・人参・ピーマン・赤パプリカ・しめじ・ケチャップ・片栗粉)</p> <p>浅漬け(きゅうり・かぶ・人参・塩昆布)</p> <p>みそ汁 (豆腐・モロヘイヤ)</p> 
8	<p>冷やしうどん (ゆでうどん・豚肉・レタス・きゅうり・わかめ・人参・トマト・もやし・卵・ごま油)</p> <p>バナナ</p>	9	<p>ごはん ひじき入り鶏つくね (鶏ひき肉・玉ねぎ・ひじき・しょうが・卵・パン粉)</p> <p>きな粉ごま和え (もやし・人参・ほうれん草・きな粉・白すりごま)</p> <p>みそ汁 (油揚げ・なす)</p>	10	<p>ごはん 豚肉のしょうが焼き(豚肉・玉ねぎ・赤パプリカ・しょうが)</p> <p>中華サラダ (もやし・きゅうり・人参・わかめ・ひじき・切干大根・ツナ缶・ごま油)</p> <p>みそ汁 (豆腐・小松菜)</p>	11	<p>ごはん ししゃもフライ (ししゃも・卵・小麦粉・パン粉)</p> <p>納豆和え (ひきわり納豆・小松菜・人参・もやし・モロヘイヤ・のり)</p> <p>みそ汁 (玉ねぎ・キャベツ)</p>	12	<p>ごはん 高野豆腐の野菜あんかけ (高野豆腐・鶏肉・キャベツ・人参・いんげん・玉ねぎ・片栗粉)</p> <p>酢の物(きゅうり・わかめ・しらす干し)</p> <p>みそ汁 (ほうれん草・じゃが芋)</p>
15	<p>ごはん 肉じゃが (豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・白滝・いんげん)</p> <p>やみつききゅうり (きゅうり・ごま油)</p> <p>みそ汁 (豆腐・なめこ・モロヘイヤ)</p>	16	<p>ロールパン タンドリーチキン (鶏もも肉・ケチャップ・ヨーグルト・カレー粉)</p> <p>具だくさんミネストローネ (人参・しめじ・じゃが芋・玉ねぎ・キャベツ・なす・ブロッコリー・マカロニ・トマトジュース)</p> <p>メロン</p>	17	<p>ごはん 中華風玉子あんかけ (卵・しらす干し・万能ねぎ・片栗粉)</p> <p>五目煮豆 (大豆水煮・切り昆布・人参・ごぼう・いんげん・れんこん・つきこんにやく)</p> <p>みそ汁 (えのき・小松菜)</p>	18	<p>ごはん しゅうまい (豚ひき肉・玉ねぎ・人参・竹の子・生しいたけ・片栗粉・しゅうまいの皮・ごま油)</p> <p>おひたし (ほうれん草・えのき・人参・かつお節)</p> <p>みそ汁 (油揚げ・キャベツ)</p>	19	<p>赤飯 (米・もち米・小豆・黒ごま)</p> <p>さばの塩焼き(さば)</p> <p>炒り豆腐 (豆腐・人参・玉ねぎ・小松菜・しめじ・卵・ごま油)</p> <p>すまし汁 (麩・青梗菜・わかめ)</p>
22	<p>バターチキンカレーライス (米・雑穀・鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・トマト缶・ブロッコリー・牛乳・バター・カレールー)</p> <p>手作り福神漬け (きゅうり・れんこん・大根)</p> <p>プルーン</p>	23	<p>ごはん 豚肉となすのみそ炒め (豚肉・なす・玉ねぎ・キャベツ・赤パプリカ・みそ・ごま油)</p> <p>かぼちゃの甘煮 (かぼちゃ)</p> <p>すまし汁 (豆腐・しめじ・わかめ)</p>	24	<p>ごはん 煮魚(赤魚・しょうが)</p> <p>ナムル (もやし・豆苗・切干大根・小松菜・人参・白ごま・ごま油)</p> <p>みそ汁 (玉ねぎ・じゃが芋・えのき)</p>	25	<p>ごはん 野菜たっぷり夏マーボー (豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・なす・ピーマン・トマト・みそ・片栗粉・ごま油)</p> <p>酢漬け (きゅうり・かぶ・人参)</p> <p>かきたま汁 (卵・かぶの葉・万能ねぎ)</p>	26	<p>ごはん 鶏の照り焼き(鶏もも肉)</p> <p>ツナと野菜のソテー (ツナ缶・キャベツ・人参・もやし・小松菜・玉ねぎ・コーン缶)</p> <p>みそ汁 (油揚げ・モロヘイヤ・ひじき)</p>
29	<p>鶏ごぼうごはん (米・鶏肉・ごぼう・人参・油揚げ)</p> <p>高野豆腐の煮物 (高野豆腐・しめじ・人参)</p> <p>梅肉和え (きゅうり・かぶ・梅肉)</p> <p>みそ汁 (麩・かぶの葉・切干大根)</p>	30	<p>さばトマトソーススパゲッティ (スパゲッティ・さば缶・玉ねぎ・人参・しめじ・トマト缶・ケチャップ)</p> <p>グリーンサラダ (レタス・きゅうり・トマト・ごま油)</p> <p>ミルクスープ(キャベツ・人参・ブロッコリー・牛乳)</p>						

●都合により食材料を変更することがありますので、ご了承ください。