2024ねんど　きゅうしょく✸こんだて　６月

別海くるみ幼稚園

※フルーツは旬のものを使用しています。毎日給食室の前に次の日のメニューと食材を展示しています。是非ご覧ください

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
					1
		３歳以上児 **＜月平均栄養価＞** エネルギー：409kcal たんぱく質：17.6g 脂質：13.4g	**３歳未満児** **＜月平均栄養価＞** エネルギー：355kcal たんぱく質：15.5g 脂質：11.7g		●ひじきつなごはん ひじき、ツナ ●しおやきとり 鶏もも肉 ●わかめすーぷ きゃべつ、たまねぎ、わかめ
3	4	5	6	7	8
●なぽりたん すばげてぃ、そーせーじ、たまねぎ、しめじ、にんじん、ピーマン ●ふるーつぽんち ばなな、きういふるーつ、れもんかじゅう　新メニュー ●ぎゅうにゅう	●ごはん ●ちきんかつ 鶏もも肉 ●きゃべつなむる きゃべつ、にんじん、だいこん、ごま ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●にんじんこんぶごはん 鶏ひき肉、にんじん、こんぶ ●さけのしおやき さけ ●もやしとえのきたけのみそしる えのきたけ、もやし、ねぎ ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●ごはん ●きゃべつはんばーぐ 豚ひき肉、鶏ひき肉、きゃべつ、たまねぎ、ながいも、豆乳 ●ぽてと じゃがいも ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●ごはん ●まーぼーどうふ 豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、にんにく、しょうが ●こまつなのみそしる こまつな ●ぎゅうにゅう	●もやしらーめん 生めん、豚肩ロース、はくさい、もやし、にんじん、ねぎ ●くだもの
10	11	12	13	14	15
●ごはん ●さんしょくどん 鶏ひき肉、ほうれんそう、高野豆腐、しょうが ●じゃがいもとねぎのみそしる じゃがいも、ばんのうねぎ ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●ごはん ●さけのかおりみそやき さけ、きゃべつ、ごま ●きりぼしだいこんに きりぼしだいこん、あぶらあげ、にんじん、こんぶ ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●ごはん ●にくじゃが 豚肩ロース、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、しらたき ●いんげんのごまあえ いんげん、きゃべつ、ごま　新メニュー ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●ごはん ●なっとうそぼろどん なっとう、豚ひき肉、にら、きゃべつ、ねぎ ●あぶらあげとわかめのみそしる あぶらあげ、わかめ ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●ごはん ●どらいかれー 豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ピーマン、せろり、にんにく、しょうが ●ぎゅうにゅう	●きつねうどん 干しうどん、鶏もも肉、あぶらあげ、ほうれんそう、にんじん ●くだもの
17	18	19	20	21	22
●けちゃっぷらいす ソーセージ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン ●しおやきとり 鶏もも肉 ●ゆでぶろっこりー ブロッコリー ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●ごはん ●さけのむにえる さけ、れたす ●さつまじる 豚肩ロース、にんじん、ごぼう、だいこん、さつまいも、まいたけ、木綿豆腐、ねぎ ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●ひじきのちゃーはん 豚ひき肉、ひじき、にんじん、ピーマン、しいたけ　新メニュー ●ほうれんそうのなっとうあえ なっとう、ほうれんそう ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●ぱん　新メニュー しょくぱん ●ほたてのくらむちゃうだー　新メニュー ほたてかいばしら、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ぎゅうにゅう ●ゆでぶろっこりー ぶろっこりー ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●ごはん ●びびんばふう 豚ひき肉、鶏ひき肉、ねぎ、もやし、にんじん、ほうれんそう、しょうが、にんにく、ごま ●ぎゅうにゅう	●きのこすばげてぃ すばげてぃ、ソーセージ、たまねぎ、ピーマン、黄ピーマン、えのきたけ、しめじ ●くだもの
24	25	26	27	28	29
●ごはん ●とりにくみそやき 鶏もも肉、ごま ●ひじきに だいず、ひじき、あぶらあげ、にんじん ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●ごはん ●さけのとまとちーずやき さけ、とまと、ちーず ●ほうれんそうのごまあえ ほうれんそう、えのきたけ、ごま ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●ごはん ●とりからあげ 鶏もも肉、にんにく、しょうが ●こうやどうふとこんさいじる 高野豆腐、だいこん、にんじん、ごぼう ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●ごはん ●ごぼうのちゃぷちぇ 豚肩ロース、たまねぎ、ごぼう、にんじん、にら、はるさめ、しょうが、ごま ●きゅうりのすのもの きゅうり、きゃべつ、わかめ ●くだもの ●ぎゅうにゅう	●ごはん ●はやしらいす 牛肩ロース、たまねぎ、にんじん、しめじ ●ゆでぶろっこりー ブロッコリー ●ぎゅうにゅう	●やきそば やきそばめん、豚肩ロース、きゃべつ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、あおのり ●くだもの

★今月のポイント★

新メニューは、フルーツポンチ、いんげんのごま和え、ひじきのチャーハン、ほたてのクラムチャウダーがあります。今月は、食育月間ということで、２０日に、地産地消のメニューを入れています。野付のほたてや別海牛乳を使った、ほたてのクラムチャウダーです。この日の主食は、食パンになっています。原材料に卵を使用していない食パンを使用します。