

# 6月 ようちえんのおべんとう

2020年

★仕入れ材料の都合による献立の変更はご了承下さい。

月	火	水	木	金
1 399kcal 11.2g 鶏肉の唐揚げ アスパラとコーンのソテー 粉ふき芋 たこウィンナー フルーツ ブロッコリー おかかご飯	2 421kcal 10.3g 牛丼風煮 青菜ソテー がんも フルーツ ハムステーキ 白ご飯	3 411kcal 11.3g 魚の塩焼き パセリスパ もろこしまみ揚げ 肉団子 フルーツ 枝豆 ごま塩ご飯	4 416kcal 12.2g かぼちゃコロッケ 焼きうどん ココロ胡瓜 のり巻きたまごロール フルーツ れんこん煮 じゃこご飯	5 402kcal 9.6g 麻婆豆腐 木の葉型五目しんじょう スイートポテト フルーツ 焼き鳥 白ご飯
8 412kcal 10.3g 肉団子の甘酢あんかけ ヤングコーン フランクフルト フルーツ 枝豆しんじょう 鮭ご飯	9 433kcal 12.3g メンチカツ 春雨ソテー 里芋煮 巾着煮 フルーツ ロマネスコカリフラワー おかかご飯	10 422kcal 11.2g ハンバーグ 和風マカロニ 揚げじゃが カリフラワー フルーツ・デザートゼリー 人参グラッセ 昆布ご飯	11 411kcal 12.2g ポークカレー アスパラソテー 二色巻き フルーツ 揚げ里芋 発芽米入りご飯	12 415kcal 12.0g 鶏肉の唐揚げ アスパラとコーンのソテー どうぶつえん高野豆腐 焼売 フルーツ 人参煮 のりご飯
15 397kcal 13.0g ほくほくコロッケ 和風スパ 花型さつま ブロッコリー フルーツ 二色巻き じゃこご飯	16 399kcal 10.3g タンドライチキン ビーフソテー ココロ胡瓜 花形五目しんじょう フルーツ 豆ちくわ ひじきご飯	17 413kcal 11.5g サーモンフライ キャベツソテー 肉団子 粉ふき芋 フルーツ 枝豆 ごま塩ご飯	18 416kcal 11.2g 鶏肉の照焼き 野菜炒め 木の葉型五目しんじょう 厚焼き玉子 フルーツ ミニトマト 鮭ご飯	19 427kcal 13.1g ロースとんかつ ソーメンチャンプルー ひじきの煮物 フルーツ アンパンマンポテト 牛しぐれご飯
22 402kcal 9.8g 肉豆腐 カラフルボール スイートポテト フルーツ 焼売 のりご飯	23 421kcal 13.1g チキンカツ 焼きそば 大根グラッセ ミニトマト フルーツ カニ風味揚げボール 昆布ご飯	24 417kcal 11.2g コーンコロッケ 和風スパ 赤かぶさつま ふき煮 フルーツ 南瓜煮 おかかご飯	25 414kcal 10.3g ミートオムレツ ビーフソテー 花型さつま ゆでもろこし フルーツ・デザートゼリー フランクフルト ひじきご飯	26 411kcal 12.1g 夏野菜カレー 巾着煮 いんげんソテー フルーツ いかの照焼き 発芽米入りご飯
29 433kcal 13.3g エビカツ ナポリタン ロマネスコカリフラワー さつま芋甘煮 フルーツ ウィンナー 鮭ご飯	30 415kcal 10.3g ハンバーグ フライドポテト 厚揚げ カリフラワー フルーツ 枝豆しんじょう ごま塩ご飯	 <p>ホームページで、 産地表をご覧いただけます。 <a href="http://dream-gardens.co.jp">http:// dream-gardens.co.jp</a></p>		

☆まれにパンの中に黒点がある場合がありますが、イーストの固まりによるものなので品質には異常ありません。

☆魚料理は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がってください。

☆23日のチキンカツは、厚生労働省の推奨値より、ひじき由来の食物繊維を1.25g、鉄分を1.25mg、付加しております。

☆30日のハンバーグは、厚生労働省の推奨値より、じゃが芋由来の食物繊維を1.5g、付加しております。