

# 6月の予定献立表

発行日:2022年5月31日

作成者:日野 かおり

	月	火	水	木	金	土
午前			1 牛乳	2 オレンジジュース	3 牛乳	4 牛乳
昼食			鮭ごはん わかめ汁 豚肉のオニオンソース かぼちゃサラダ	マーボー丼 ハムとポテトのスープ りんご	ごはん 味噌汁 千草焼き 切干大根煮	ベーコンとほうれん草のスパゲティ シチュー バナナ
午後			牛乳 お好み焼き	牛乳 クリームパン	牛乳 スイートポテト	牛乳 パームクーヘン
午前	6 スタミン	7 牛乳	8 牛乳	9 牛乳	10 牛乳	11 牛乳
昼食	ごはん 味噌汁 魚のカレーフライ コールスローサラダ	ごはん すまし汁 豚肉の生姜焼き バナナ	味噌ラーメン おかか和え オレンジ	ごはん かき玉汁 鶏の照り焼き きゅうりの酢の物	黒糖食パン コーンスープ 魚のムニエル じゃが芋のベーコン煮	ピピンバ 春雨スープ フルーツヨーグルト
午後	牛乳 キャロットケーキ	牛乳 麩のラスク	牛乳 のり塩ポテト	牛乳 酒まんじゅう	お茶 炊き込みおにぎり	牛乳 パイ菓子
午前	13 牛乳	14 ぶどうジュース	15 牛乳	16 牛乳	17 牛乳	18 牛乳
昼食	ごはん すまし汁 なすと豚肉の炒め物 ごまあえ	ごはん かぼちゃスープ 魚のピカタ マリネ	誕生日会 かえるごはん うどん汁 鶏の天ぷら ポテトサラダ・パイン	ごはん 野菜スープ 魚のアングレース ビーフソテー	あんかけ焼きそば わかめスープ 卵サラダ	ひじきチャーハン チキンスープ きゅうりの梅和え
午後	牛乳 ジャムサンド	牛乳 スナック菓子	お茶 パフェ	牛乳 ブルーベリー蒸しパン	牛乳 きなこバナナ	牛乳 かりんとう
午前	20 牛乳	21 牛乳	22 のむヨーグルト	23 牛乳	24 牛乳	25 牛乳
昼食	郷土料理(山口県) ごはん のっぺい汁 鶏のから揚げ つしま	カレーライス ブロッコリーサラダ りんご	ごはん オクラスープ レバーとじゃが芋の味噌煮 中華風サラダ	香りなり寿司 すまし汁 魚の照り焼き おひたし	スティックパン 卵スープ ミートローフ フレンチサラダ	回鍋肉丼 ほうれん草スープ 香り漬け
午後	お茶 みかんゼリー	牛乳 餃子ピザ	牛乳 カップケーキ	お茶 カルピスポンチ	お茶 じゃこおにぎり	牛乳 ピーブ
午前	27 牛乳	28 ピーチジュース	29 牛乳	30 牛乳		
昼食	ごはん 豚汁 魚の甘酢あんかけ すいか	そばめし ベーコンスープ ツナとじゃが芋煮	ごはん すまし汁 納豆の天ぷら オレンジ	親子丼 豆乳味噌汁 じゃこ入りきんぴら		
午後	牛乳 クラッカーサンド	牛乳 りんごマフィン	牛乳 チーズトースト	お茶 アイス		

**給食だより**

今月は山口県の郷土料理です。

くのっぺい汁>

のっぺい汁と呼ばれる郷土料理は日本全国に分布していますが、山口県萩市で伝わる料理は冬場に作られるため、根菜を中心にとろみをつけて仕上げられています。

くつしま>

周南市に伝わる料理です。豆腐を加えて日持ちするように生ものは使わず、すべて火を通すのが特徴です。

また、おやつには周防大島町で栽培が盛んなみかんを使ったゼリーを予定しています。

**献立平均給与栄養量**

エネルギー 459kcal

たんぱく質 19.3g

脂質 15.4g

☆園の都合により献立を変更する場合がございます。

