2018年　6月献立予定

6月　つくし組　どんぐり組

6月は梅雨に入り、気温と湿度が上がり、食欲も落ちやすくなります。
のどが渇いた時だけでなく、こまめに水分補給をし、バランスの良い食事を心がけましょう。
《栄養三色》元気な体をつくるために、食品を働きによって三色に分けています。 ご家庭の食事でも毎食栄養三色が揃うように気をつけましょう。

2018年5月31日
千里山グレース付属保育園

日付		献　立	働き（材料） □熱や力の素となるもの（黄色）	○血や肉や骨となるもの（赤色）	△体の調子を整えるもの（緑色）	調味料など
1日 (金)	昼食	焼肉丼 キャベツの中華風和え物 みそ汁 さくらんぼゼリー	砂糖。 砂糖、ごま油。 ジャガいも。	牛肉。 京揚げ。	玉ねぎ、人参、ピーマン、 ニンニク。 キャベツ、きゅうり、人参。 えのき茸、人参、青ねぎ。 さくらんぼゼリー。	みりん、醤油、だしの素。 米酢、醤油。 味噌、削り節。
	午後おやつ	牛乳 マカロニきな粉	マカロニ、砂糖。	牛乳 きな粉。		
4日 (月)	昼食	塩バターパン 手作りハンバーグ 豆サラダ プチトマト ミネストローネ 果物	パン、バター。 パン粉、オリーブ油。 ジャガいも、ノンエッグマヨネーズ。 オリーブ油、ベーコン。	合びきミンチ、牛乳。 ツナ缶、蒸し大豆、冷凍枝豆。	玉ねぎ、人参、ナツメグ。 胡瓜、人参。 プチトマト。 玉ねぎ、人参、エリンギ茸、 カットトマト、キャベツ、パセリ。	塩。 トマトケチャップ、ウスターソース、 塩、こしょう。 塩。 無添加ブイヨン、こしょう。
	午後おやつ	牛乳 わかめおにぎり	米。	牛乳	わかめごはんの素。	塩。
5日 (火)	昼食	ごはん さんま梅鰹節煮 さつま芋甘煮 大根間引き菜のおひたし みそ汁 果物	米。 さつま芋、砂糖。 砂糖。	さんま梅鰹節煮(加工品）。 さつま揚げ。 京揚げ。	大根間引き葉、人参。 玉ねぎ、舞茸、人参、青ねぎ。	みりん。 みりん、醤油。 味噌、削り節。
	午後おやつ	牛乳 キャベツのお焼き	小麦粉、サラダ油、	牛乳 桜エビ、花かつお。	キャベツ、青のり。	醤油、トマトケチャップ。
6日 (水)	昼食	中華丼 わかめスープ 黄桃缶	米、ごま油、サラダ油、 片栗粉。 ごま。	豚肉、イカ、エビ、ホタテ貝。	白菜、竹の子、玉ねぎ、人参、 エリンギ茸、干し椎茸、生姜。 わかめ、えのき茸、にら。 黄桃缶。	塩、醤油、オイスターソース、 鶏がらスープ。 醤油、こしょう、鶏がらスープ。
	午後おやつ	牛乳 人参マフィン	小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー。	牛乳 豆乳。	人参。	
7日 (木)	昼食	千匹ごはん 大豆ひじきコロッケ グリーンアスパラおかか和え みそ汁 甘夏みかんゼリー	米。 サラダ油。	ちりめん雑魚。 大豆ひじきコロッケ（半加工品）。 花かつお。 京揚げ。	人参、刻みのり。 グリーンアスパラ、人参。 キャベツ、人参、しめじ茸、青ねぎ。 甘夏みかんゼリー。	みりん、醤油。 トマトケチャップ、ウスターソース。 みりん、醤油。 味噌、削り節。
	午後おやつ	牛乳 ふかしさつま芋	さつま芋。	牛乳		
8日 (金)	昼食	ごはん　ふりかけ チンジャオロース ほうれん草しゅうまい かぶスープ 果物	米。 サラダ油、砂糖。	かつおふりかけ。 牛肉。 ほうれん草しゅうまい（半加工品）。	赤・黄パプリカ、ピーマン、 たけのこ、人参。 かぶ、玉ねぎ、人参、コーン缶。	オイスターソース、こしょう、塩、 鶏がらスープ、醤油。 無添加ブイヨン、塩、こしょう。
	午後おやつ	牛乳 卵サンドパン	食パン、マヨネーズ。	牛乳 卵。		塩。
11日 (月)	昼食	ごはん　ふりかけ 鮭のチーズ焼き きんぴらごぼう みそ汁 いちごゼリー	米。 ジャガいも、オリーブ油。 砂糖、ごま油。	鮭（冷凍）、ナチュラルチーズ。 豚肉。 京揚げ。	刻み昆布。 三度豆。 ごぼう、人参、こんにゃく。 玉ねぎ、人参、えのき茸、青ねぎ。 いちごゼリー。	酒、塩、こしょう。 みりん、醤油、だしの素。 味噌、削り節。
	午後おやつ	牛乳 バナナパンケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、油。	牛乳 豆乳。	バナナ。	塩。
12日 (火)	昼食	チキンライス ボイルウィンナー ブロッコリー塩ゆで ジュリアンスープ 果物	米、サラダ油。	鶏肉もも。 ウィンナー(チキン）。 豚肉。 つくし組 鶏肉だんご	玉ねぎ、ピーマン、人参。 ブロッコリー。 キャベツ、セロリ、人参、パセリ。	トマトケチャップ、塩、こしょう。 塩。 無添加ブイヨン、塩、こしょう。
	午後おやつ	牛乳 パンプキンゼリー	砂糖。	牛乳 牛乳。	かぼちゃ、ゼラチン。	
13日 (水)	昼食	焼うどん 野菜春巻き 卵スープ かんきつゼリー	細うどん、サラダ油。 サラダ油。 ごま油。	豚肉、花かつお。 野菜春巻き（加工品）。 卵。	キャベツ、玉ねぎ、人参 ピーマン、青のり。 わかめ、もやし、人参、にら。 かんきつゼリー。	焼きうどんソース、 塩、こしょう。 鶏がらスープ、醤油、こしょう。
	午後おやつ	牛乳 チーズおにぎり	米。	牛乳 チーズ。	焼き海苔。	塩。
14日 (木)	昼食	ごはん　ふりかけ 豚肉生姜焼き 卯の花炒り煮 みそ汁 果物	米。 サラダ油。 砂糖。	豚肉。 おから、竹輪、冷凍枝豆。 京揚げ。	ゆかり。 生姜、絹さや。 人参、椎茸、こんにゃく。 大根、しめじ茸、人参、青ねぎ。	醤油、みりん。 だしの素、醤油、カレー粉。 味噌、削り節。
	午後おやつ	牛乳 きな粉トースト	食パン、砂糖。	牛乳 きな粉。		塩。
15日 (金)	昼食	麻婆豆腐丼 春雨スープ マスカットゼリー	米、砂糖、ごま油、サラダ油、 片栗粉。 春雨、ごま油。	豆腐、豚ミンチ。 貝柱。	人参、干し椎茸、生姜、青ねぎ。 エリンギ茸、青梗菜、人参。 マスカットゼリー。	みりん、赤味噌、醤油、 中華だし。 鶏がらスープ、醤油、こしょう。
	午後おやつ	牛乳 じゃがいももち	ジャガいも、片栗粉、サラダ油。	牛乳 ツナ缶。	パセリ。	塩。
18日 (月)	昼食	中華冷麺 枝豆塩ゆで みかん缶	中華麺、砂糖、ごま油。	ロースハム(ポーク）、卵。 枝豆。	人参、胡瓜、わかめ、もやし みかん缶。	酢、醤油、鶏がらスープ。 塩。
	午後おやつ	牛乳 蒸しパン	小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー。	牛乳	野菜ジュース。	塩。

日付		献　立	働　き（材　料） □熱や力の素となるもの（黄色）	○血や肉や骨となるもの（赤色）	△体の調子を整えるもの（緑色）	調味料など
１９日 （火）	昼食	ごはん 肉じゃが 小松菜おひたし みそ汁 果物	米。 ジャガいも、砂糖、サラダ油。 砂糖。	牛肉。 さつま揚げ。 豆腐。	玉ねぎ、人参、糸こんにゃく。 小松菜、人参。 人参、舞茸、青ねぎ。	みりん、醤油。 みりん、醤油。 味噌、削り節。
	午後 おやつ	牛乳 マカロニかりんとう	マカロニ、砂糖、白ごま、サラダ油。	牛乳	青のり。	醤油。
２０日 （水）	昼食	全粒入り白パン 鶏肉のケチャップ焼き ブロッコリーツナサラダ コンソメスープ びわゼリー	パン。 オリーブ油。 ノンエッグマヨネーズ。 オリーブ油。	鶏肉。 ツナ缶。 豚肉。	玉ねぎ、パセリ。 ブロッコリー、人参。 玉ねぎ、人参、コーン缶。 びわゼリー。	塩。 トマトケチャップ、塩、こしょう。 塩。 無添加ブイヨン、塩、こしょう。
	午後 おやつ	牛乳 じゃこ入りのり巻き	米。	牛乳 ちりめん雑魚。	焼きのり。	塩。
２１日 （木）	昼食	タコ飯 豚肉ミンチカツ 野菜の旨煮 すまし汁 果物	米。 サラダ油。 砂糖、ごま油。	炊き込みタコ飯の素。 豚肉ミンチ（加工品）。	刻みのり。 ごぼう、人参、こんにゃく、三度豆。 玉ねぎ、しめじ茸、人参、青ねぎ。	トマトケチャップ、ウスターソース。 みりん、醤油、だしの素。 醤油、塩、削り節、出し昆布。
	午後 おやつ	牛乳 ジャムパン	食パン。	牛乳	いちごジャム。	
２２日 （金）	昼食	ドライカレー 大根とジャコのサラダ りんごゼリー	米、米粉、 サラダ油。 フレンチドレッシング。	豚肉、卵。 ちりめん雑魚。	玉ねぎ、人参、にんにく、 レーズン、リンゴ、生姜、パセリ。 大根、胡瓜、人参、コーン缶。 りんごゼリー。	カレー粉、塩、こしょう、 ウスターソース、オイスターソース、 トマトケチャップ、カレールウ。 塩。
	午後 おやつ	牛乳 おさつバター	さつま芋、バター。	牛乳		
25日 （月）	昼食	ごはん さわらのごま塩焼き 夏野菜とささみのあんかけ みそ汁 果物	米。 ごま。 砂糖、ごま油、片栗粉。 ジャガいも。	鰆。 鶏ささみ肉。 京揚げ。	なす、玉ねぎ、ピーマン、人参。 わかめ、人参、えのき茸、青ねぎ。	塩。 醤油、鶏がらスープ、塩、こしょう。 味噌、削り節。
	午後 おやつ	牛乳 レーズンのフレンチトースト	レーズントースト、片栗粉、砂糖。	牛乳 牛乳。		塩。
２６日 （火）	昼食	ごはん 酢豚 米粉の蒸し餃子 もやしスープ 果物	米。 砂糖、ごま油、片栗粉。 ごま油。	豚肉。 米粉餃子（加工品）	ピーマン、玉ねぎ、人参。 もやし、玉ねぎ、人参、にら。	醤油、鶏がらスープ、塩、こしょう。 醤油、鶏がらスープ、塩、こしょう。
	午後 おやつ	クラッカー いちごゼリー	クラッカー。		いちごゼリー。	
２７日 （水）	昼食	スパゲッティナポリタン グリーンサラダ ぶどうゼリー	スパゲッティ、オリーブオイル、 米粉。 ノンエッグマヨネーズ。	豚肉。 プロセスチーズ。	玉ねぎ、人参、ピーマン、エリンギ茸、 ホールトマト、パセリ。 レタス、胡瓜、グリーンアスパラ。 ぶどうゼリー。	トマトケチャップ、 無添加ブイヨン、塩。 塩。
	午後 おやつ	牛乳 きな粉おはぎ	もち米、砂糖。	牛乳 きな粉、	茹で小豆。	塩。
２８日 （木）	昼食	鶏肉とごぼうのおこわ ワカサギのフライ 三度豆のおかか和え みそ汁 果物	米、もち米、砂糖、サラダ油。	鶏もも肉。 ワカサギのフライ(半加工品）。 花かつお。 京あげ。	ごぼう、人参、きざみのり。 三度豆、人参。 玉ねぎ、人参、舞茸、青ねぎ。	みりん、醤油。 醤油、だしの素。 味噌、削り節。
	午後 おやつ	牛乳 豆乳ホットケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、油。	牛乳。 豆乳。		塩。
２９日 （金）	昼食	三色丼 トマトとわかめの酢の物 すまし汁 果肉入りフルーツゼリー	米、砂糖。 砂糖、ごま油。	鶏ミンチ、卵。 ちりめん雑魚。 豆腐。	ほうれん草、人参。 トマト、わかめ、胡瓜、紫玉ねぎ。 しめじ茸、人参、青ねぎ。 果肉入りフルーツゼリー(パイン・みかん）。	みりん、醤油。 酢、醤油、塩。 醤油、塩、削り節、出し昆布。
	午後 おやつ	牛乳 ジャガいもピザ	ジャガいも、片栗粉。	牛乳 ピザ用チーズ。	ホールトマト。	トマトケチャップ。

監修：片岡　恵子（栄養士）

６月２１日は夏至です。夏至と言えば昼の時間が一番長い日ですね。関西では夏至の日にタコを食べるという風習があり、タコを食べて豊作を願うとの意味があります。
園の昼食では、この時期旬を迎えるタコを使い”タコ飯”を食べます。夏バテ防止にも効果があると言われています！！

お知らせ

＊だしは、煮干し・削り節（さば節）・だし昆布などでとっています。
＊生肉・生野菜は、産地にもこだわり国産を使用しています。
＊地元吹田の平野農園（江坂町）の野菜を中心に、地場産物や旬の物を取り入れ、
　地産地消に努めています。　又、園で収穫できる野菜も使います。
＊デザートは、子どもたちにとって、とても楽しみの一つです。
　果物は、産地を吟味し季節の美味しい果物を食べられるように配慮しています。

＊その他、食の安全を考え加工品・調味料におきましても十分吟味し、おいしい手作りの
　昼食を心がけています。

＊献立材料は、その時の事情により変更する場合があります。ご了承ください。

つくし組は、毎日午前おやつ（9時15分ごろ）牛乳と果物又はゼリーを食べます。
午後おやつ時に、つくしどんぐり組共、牛乳を飲みます。
どんぐり組は、昼食時にデザート（果物又はゼリー）を食べます。

食べやすさを考え、メニュー・食材を
一部変更することがあります。ご了承ください。

6月献立　アレルギー物質を含む加工食品の紹介します

＊ポークハム・ベーコン・チキンウィンナー・ポークウインナー
無添加・無着色・発色剤・リン酸塩不使用（乳・卵・小麦含まない）
＊煮豚　肉屋さん自家製　（乳・卵含まない）**醤油に含まれる小麦一部含む**
＊竹輪（乳・卵・小麦含まない）
＊マヨネーズ　除去対応ノンエッグマヨネーズ（ケンコーマヨネーズ）を使用
＊ごまドレッシングは、手作りドレッシング
（ノンエッグマヨネーズ使用**醤油・ごま含む**）
＊油は菜種油を使用。
＊酢は、米酢を使用（小麦含まない）
＊味噌は米こうじ味噌を使用。
＊干し椎茸は宮崎産。
＊パン粉にバターを含まない。
＊砂糖は、沖縄のサトウキビ100%使用のキビ砂糖を使用。
＊塩は伯方の塩。
＊パンに、バター・生クリームを含む。
＊調味料（醤油・酢・ソース・和だしを除くなど）の中に一部小麦を含む。
＊うどん・中華麺（卵含まない）**は、同じ製造ラインに**そば**の取り扱いあり。**

その他製造ライン（コンタミネーション）内容等、気になる点がありましたらお気軽に
お尋ねください。

6月

2018年　6月献立予定

２０１８年５月２８日
千里山グレース幼稚園

6月は梅雨に入り、気温と湿度が上がり、食欲もダウンしやすくなります。
のどが湿いた時だけでなく、こまめに水分補給をし、バランスの良い食事を心がけましょう。
《栄養三色》元気な体をつくるために、食品を働きによって三色に分けています。 ご家庭の食事でも毎食栄養三色が揃うように気をつけましょう。

行事予定	日付	献　立	働き（材料） □熱や力の素となるもの（黄色）	○血や肉や骨となるもの（赤色）	△体の調子を整えるもの（緑色）	調味料など	エネルギー(kcal) タンパク質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 塩分（g）
	１日 （金）	焼肉丼 キャベツの中華風和え物 みそ汁 さくらんぼゼリー	砂糖。 砂糖、ごま油。 ジャガいも。	牛肉。 京揚げ。	玉ねぎ、人参、ピーマン、 ニンニク。 キャベツ、きゅうり、人参。 えのき茸、人参、青ねぎ。 さくらんぼゼリー。	みりん、醤油、だしの素。 米酢、醤油。 味噌、削り節。	496kcal 17.0g 16.9g 258mg 1.4g
内科健診 年長組 たんぽぽ れんげ つくし	４日 （月）	塩バターパン 手作りハンバーグ 豆サラダ プチトマト ミネストローネ 果物	パン、バター。 パン粉、オリーブ油。 ジャガいも、ノンエッグマヨネーズ。 オリーブ油、ベーコン。	合びきミンチ、牛乳。 ツナ缶、蒸し大豆、冷凍枝豆。	玉ねぎ、人参、ナツメグ。 胡瓜、人参。 プチトマト。 玉ねぎ、人参、エリンギ茸、 カットトマト、キャベツ、パセリ。	塩。 トマトケチャップ、ウスターソース、 塩、こしょう。 塩。 無添加ブイヨン、こしょう。	572kcal 24.8g 25.9g 333mg 1.6g
	５日 （火）	ごはん さんま梅鰹節煮 さつま芋甘煮 大根間引き菜のおひたし みそ汁 果物	米。 さつま芋、砂糖。 砂糖。	さんま梅鰹節煮(加工品）。 さつま揚げ。 京揚げ。	大根間引き葉、人参。 玉ねぎ、舞茸、人参、青ねぎ。	みりん。 みりん、醤油。 味噌、削り節。	527kcal 22.1g 18.4g 414mg 1.8g
年少組 保育参観 保護者会	６日 （水）	中華丼 わかめスープ 黄桃缶	米、ごま油、サラダ油、 片栗粉。 ごま。	豚肉、イカ、エビ、ホタテ貝。	白菜、竹の子、玉ねぎ、人参、 エリンギ茸、干し椎茸、生姜。 わかめ、えのき茸、にら。 黄桃缶。	塩、醤油、オイスターソース、 鶏がらスープ。 醤油、こしょう、鶏がらスープ。	422kcal 17.8g 10.2g 258mg 1.2g
年少組 保育参観 保護者会	７日 （木）	千匹ごはん 大豆ひじきコロッケ グリーンアスパラおかか和え みそ汁 甘夏みかんゼリー	米。 サラダ油。	ちりめん雑魚。 大豆ひじきコロッケ（半加工品）。 花かつお。 京揚げ。	人参、刻みのり。 グリーンアスパラ、人参。 キャベツ、人参、しめじ茸、青ねぎ。 甘夏みかんゼリー。	みりん、醤油。 トマトケチャップ、ウスターソース。 みりん、醤油。 味噌、削り節。	533kcal 17.9g 15.9g 300mg 2.2g
内科健診 年中組 すみれ すずらん どんぐり	８日 （金）	ごはん　　ふりかけ チンジャオロース ほうれん草しゅうまい かぶスープ 果物	米。 サラダ油、砂糖。	かつおふりかけ。 牛肉。 ほうれん草しゅうまい（半加工品）。	赤・黄パプリカ、ピーマン、 たけのこ、人参。 かぶ、玉ねぎ、人参、コーン缶。	オイスターソース、こしょう、塩、 鶏がらスープ、醤油。 無添加ブイヨン、塩、こしょう。	479kcal 18.8g 15.0g 262mg 1.5g
歯科健診 年長組 たんぽぽ れんげ つくし	１１日 （月）	ごはん　ふりかけ 鮭のチーズ焼き きんぴらごぼう みそ汁 いちごゼリー	米。 ジャガいも、オリーブ油。 砂糖、ごま油。	鮭（冷凍）、ナチュラルチーズ。 豚肉。 京揚げ。	刻み昆布。 三度豆。 ごぼう、人参、こんにゃく。 玉ねぎ、人参、えのき茸、青ねぎ。 いちごゼリー。	酒、塩、こしょう。 みりん、醤油、だしの素。 味噌、削り節。	556kcal 24.4g 19.2g 318mg 1.8g
	１２日 （火）	チキンライス ボイルウィンナー ブロッコリー塩ゆで ジュリアンスープ 果物	米、サラダ油。	鶏肉もも。 ウィンナー(チキン）。 豚肉。	玉ねぎ、ピーマン、人参。 ブロッコリー。 キャベツ、セロリ、人参、パセリ。	トマトケチャップ、塩、こしょう。 塩。 無添加ブイヨン、塩、こしょう。	478kcal 17.4g 16.2g 251mg 1.3g
歯科健診 年中組 すみれ すずらん どんぐり	１３日 （水）	焼うどん 野菜春巻き 卵スープ かんきつゼリー	細うどん、サラダ油。 サラダ油。 ごま油。	豚肉、花かつお。 野菜春巻き（加工品）。 卵。	キャベツ、玉ねぎ、人参 ピーマン、青のり。 わかめ、もやし、人参、にら。 かんきつゼリー。	焼きうどんソース、 塩、こしょう。 鶏がらスープ、醤油、こしょう。	510kcal 18.4g 22.6g 275mg 2.0g
クラフト 講習会	１４日 （木）	ごはん　　ふりかけ 豚肉生姜焼き 卵の花炒り煮 みそ汁 果物	米。 サラダ油。 砂糖。	豚肉。 おから、竹輪、冷凍枝豆。 京揚げ。	ゆかり。 生姜、絹さや。 人参、椎茸、こんにゃく。 大根、しめじ茸、人参、青ねぎ。	醤油、みりん。 だしの素、醤油、カレー粉。 味噌、削り節。	460kcal 23.4g 12.7g 293mg 1.7g
	１５日 （金）	麻婆豆腐丼 春雨スープ マスカットゼリー	米、砂糖、ごま油、サラダ油、 片栗粉。 春雨、ごま油。	豆腐、豚ミンチ。 貝柱。	人参、干し椎茸、生姜、青ねぎ。 エリンギ茸、青梗菜、人参。 マスカットゼリー。	みりん、赤味噌、醤油、 中華だし。 鶏がらスープ、醤油、こしょう。	486kcal 17.7g 13.7g 282mg 1.0g
	１８日 （月）	中華冷麺 枝豆塩ゆで みかん缶	中華麺、砂糖、ごま油。	ロースハム(ポーク）、卵。 枝豆。	人参、胡瓜、わかめ、もやし。 みかん缶。	酢、醤油、鶏がらスープ。 塩。	464kcal 22.2g 15.2g 293mg 2.1g
	１９日 （火）	ごはん 肉じゃが 小松菜おひたし みそ汁 果物	米。 ジャガいも、砂糖、サラダ油。 砂糖。	牛肉。 さつま揚げ。 豆腐。	玉ねぎ、人参、糸こんにゃく。 小松菜、人参。 人参、舞茸、青ねぎ。	みりん、醤油。 みりん、醤油。 味噌、削り節。	504kcal 19.0g 15.6g 310mg 1.3g

６月２１日は夏至です。夏至と言えば昼の時間が一番長い日ですね。関西では夏至の日にタコを食べるという風習があり、タコを食べて豊作を願うとの意味があります。
園の昼食では、この時期旬を迎えるタコを使い”タコ飯”を食べます。夏バテ防止にも効果があると言われています！！

早寝早起き朝ごはん

行事予定	日付	献　立	働き（材料） □熱や力の素となるもの（黄色）	○血や肉や骨となるもの（赤色）	△体の調子を整えるもの（緑色）	調味料など	エネルギー(kcal) タンパク質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 塩分(g)
	２０日 （水）	全粒入り白パン 鶏肉のケチャップ焼き ブロッコリーツナサラダ コンソメスープ びわゼリー	パン。 オリーブ油。 ノンエッグマヨネーズ。 オリーブ油。	鶏肉。 ツナ缶。 豚肉。	玉ねぎ、パセリ。 ブロッコリー、人参。 玉ねぎ、人参、コーン缶。 びわゼリー。	塩。 トマトケチャップ、塩、こしょう。 塩。 無添加ブイヨン、塩、こしょう。	457kcal 24.7g 16.7g 274mg 1.9mg
	２１日 （木）	タコ飯 豚肉ミンチカツ 野菜の旨煮 すまし汁 果物	米。 サラダ油。 砂糖、ごま油。	炊き込みタコ飯の素。 豚肉ミンチ（加工品）。	刻みのり。 ごぼう、人参、こんにゃく、三度豆。 玉ねぎ、しめじ茸、人参、青ねぎ。	トマトケチャップ、ウスターソース。 みりん、醤油、だしの素。 醤油、塩、削り節、出し昆布。	502kcal 18.0g 15.6g 300mg 1.5g
	２２日 （金）	ドライカレー 大根とジャコのサラダ りんごゼリー	米、米粉、 サラダ油。 フレンチドレッシング。	豚肉、卵。 ちりめん雑魚。	玉ねぎ、人参、にんにく、 レーズン、リンゴ、生姜、パセリ。 大根、胡瓜、人参、コーン缶。 りんごゼリー。	カレー粉、塩、こしょう、 ウスターソース、オイスターソース、 トマトケチャップ、カレールウ。 塩。	429kcal 17.5g 16.9g 270mg 1.3g
第２回 合同 委員会	25日 （月）	ごはん さわらのごま塩焼き 夏野菜とささみのあんかけ みそ汁 果物	米。 ごま。 砂糖、ごま油、片栗粉。 ジャガいも。	鰆。 鶏ささみ肉。 京揚げ。	なす、玉ねぎ、ピーマン、人参。 わかめ、人参、えのき茸、青ねぎ。	塩。 醤油、鶏がらスープ、塩、こしょう。 味噌、削り節。	574kcal 24.0g 19.4g 307mg 2.1g
子育て カウンセリング	26日 （火）	ごはん 酢豚 米粉の蒸し餃子 もやしスープ 果物	米。 砂糖、ごま油、片栗粉。 ごま油。	豚肉。 米粉餃子（加工品）。	ピーマン、玉ねぎ、人参。 もやし、玉ねぎ、人参、にら。	醤油、鶏がらスープ、塩、こしょう。 醤油、鶏がらスープ、塩、こしょう。	528kcal 20.4g 10.4g 247mg 1.2g
誕生日会	２７日 （水）	スパゲッティナポリタン グリーンサラダ ぶどうゼリー	スパゲッティ、オリーブオイル、 米粉。 ノンエッグマヨネーズ。	豚肉。 プロセスチーズ。	玉ねぎ、人参、ピーマン、エリンギ茸、 ホールトマト、パセリ。 レタス、胡瓜、グリーンアスパラ。 ぶどうゼリー。	トマトケチャップ、 無添加ブイヨン、塩。 塩。	513kcal 19.5g 16.2g 289mg 1.1g
	２８日 （木）	鶏肉とごぼうのおこわ ワカサギのフライ 三度豆のおかか和え みそ汁 果物	米、もち米、砂糖、サラダ油。	鶏もも肉。 ワカサギのフライ(半加工品）。 花かつお。 京あげ。	ごぼう、人参、きざみのり。 三度豆、人参。 玉ねぎ、人参、舞茸、青ねぎ。	みりん、醤油。 醤油、だしの素。 味噌、削り節。	504kcal 21.7g 13.1g 282mg 2.2g
ミニコンサート	２９日 （金）	三色丼 トマトとわかめの酢の物 すまし汁 果肉入りフルーツゼリー	米、砂糖。 砂糖、ごま油。	鶏ミンチ、卵。 ちりめん雑魚。 豆腐。	ほうれん草、人参。 トマト、わかめ、胡瓜、紫玉ねぎ。 しめじ茸、人参、青ねぎ。 果肉入りフルーツゼリー(パイン・みかん）。	みりん、醤油。 酢、醤油、塩。 醤油、塩、削り節、出し昆布。	518kcal 20.8g 14.2g 307mg 1.7g

＊　年長組のご飯茶碗使用日です。

監修：片岡　恵子（栄養士）

下記のホームページにて昼食の写真を掲載しています。ご覧ください。

URL　http://senriyamagrace.jp/

～～お知らせ～～

6月献立　アレルギー物質を含む加工食品の紹介します

5日　‥**さんまのかつお節煮**　**醤油に含まれる小麦一部含む**（乳・卵含まない）
　‥**さつま揚げ**　**(大豆含む)**(乳・卵・小麦含まない)
7日　‥**大豆ひじきコロッケ**　**(小麦・含む)**　(卵・乳含まない)

8日　‥**ほうれん草シュウマイ**　**(小麦含む)**　(乳・卵含まない)
　‥**かつおふりかけ**　(乳・卵含まない)
13日　‥**野菜春巻き**　**(小麦含む)**(乳・卵含まない)
19日　‥**さつま揚げ**　**(大豆含む)**(乳・卵・小麦含まない)
21日　‥**タコ飯の素**　**醤油に含まれる小麦一部含む**（乳・卵含まない）
　‥**豚肉ミンチカツ**　**(小麦含む)**(乳・卵含まない)
22日　‥**フレンチドレッシング**　(小麦・乳・卵・ごま含まない)
26日　‥**米粉餃子**　(小麦・乳・卵含まない)
28日　‥**ワカサギフライ**　**(小麦含む)**　(乳・卵含まない)

＊献立材料は、その時の事情により変更する場合があります。ご了承ください。

お父さん・お母さん　子どもたちは、昼食当番を楽しみにしています。
　お手伝い　よろしくお願いします。
集合時間　11:00
持ち物　エプロン・三角巾・マスク
＊園にもスリッパは、用意しておりますが、ご自身で持ってきてくださっても結構です。

＝年間を通して園で使用する加工食品＝

＊ポークハム・ベーコン・チキンウィンナー・ポークウインナー
無添加・無着色・発色剤・リン酸塩不使用（乳・卵・小麦も含んでいません）
＊焼き豚　肉屋さん自家製　(乳・卵含まない)　**醤油に含まれる小麦一部含んでいます。**
＊竹輪（乳・卵・小麦を含んでいません）
＊マヨネーズ　除去対応ノンエッグマヨネーズ(ケンコーマヨネーズ)を使用します。
＊ごまドレッシングは、手作りドレッシングです。
（ノンエッグマヨネーズ使用**醤油・ごま含む**）
＊油は菜種油を使用しています。
＊酢は、米酢を使っています。(小麦含まない)
＊味噌は米こうじ味噌を使用しています。
＊干し椎茸は宮崎産です。
＊パン粉には、バターは入っていません。
＊砂糖は、沖縄のサトウキビ100%使用のキビ砂糖を使用しています。
＊塩は伯方の塩です。
＊パンには、バター・生クリームが入っています。
＊調味料(醤油・酢・ソース・和だしを除くなど)の中に一部小麦を含んでいます。
＊うどん・中華麺(卵含まない)**は、同じ製造ラインにそばの取り扱いがあります。**

その他製造ライン(コンタミネーション)内容等、気になる点がありましたらお気軽にお尋ねください。