



令和5年度 6月給食よていこんだて(豊中みどり幼稚園 1号)



日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる たべもの きいろ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート					
1日 木曜日	菜飯	赤魚の煮付け	キャベツとツナのソテー もやしのボン酢和え 玉ねぎと茄子のみそ汁、パイン缶	ブルーベリー蒸しパン (ブルーベリージャム、 ホットケーキの素、豆乳)	米、砂糖、油	赤魚、ツナ、味噌	生姜、キャベツ、ピーマン、もやし、人参、茄子、玉ねぎ、パイン缶	菜めし、醤油、酒、みりん、塩、こしょう、ボン酢、だし
2日 金曜日	わかめご飯	豚肉と大根の炒め煮	白菜のごま和え マカロニサラダ 豆腐とねぎのみそ汁、オレンジ	白玉きな粉 (白玉団子、きな粉、砂糖)	米、油、砂糖、ごま、マカロニ	豚肉、豆腐、味噌	大根、人参、絹さや、白菜、胡瓜、ねぎ、オレンジ	炊き込みわかめ、醤油、みりん、エッグゲア、塩、こしょう、だし
5日 月曜日	みそ豚丼		なすの甘辛煮 大根サラダ 麩とわかめのすまし汁、みかん缶	じゃがいも餅 (じゃが芋、片栗粉、醤油、砂糖、みりん)	砂糖、米、麩	豚肉、味噌、わかめ	ごぼう、キャベツ、椎茸、ねぎ、生姜、揚げ茄子、ピーマン、大根、胡瓜、みかん缶	塩、酒、醤油、みりん、和風ドレッシング、だし
6日 火曜日	ゆかりご飯	豆腐入りつくね焼き	さつま揚げとじゃが芋の煮物 花野菜サラダ 白菜とねぎのみそ汁、ぶどうゼリー	いちごケーキ (ホットケーキの素、豆乳、いちごジャム、砂糖)	米、片栗粉、油、じゃが芋、砂糖、ブドウゼリーの素	鶏ミンチ肉、豆腐、さつま揚げ、味噌	玉ねぎ、生姜、絹さや、カリフラワー、ブロッコリー、コーン、白菜、ねぎ	ゆかり粉、塩、醤油、みりん、だし、和風ドレッシング
7日 水曜日	 お弁当日 			ばりんこ ベジタべる				
8日 木曜日	ロールパン	白身魚のパン粉焼き	南瓜ソテー コーンサラダ、オレンジ 青菜ともやしのスープ、牛乳	五平餅 (米、水、ごま、味噌、砂糖、醤油、片栗粉)	バターロール、パン粉、油	ホキ、牛乳	かぼちゃ、キャベツ、人参、コーン、チンゲン菜、もやし、オレンジ	パセリ粉、塩、こしょう、エッグゲア、コンソメ
9日 金曜日	わかめご飯	鶏のから揚げ	金平れんこん 海藻サラダ 豆腐と玉ねぎのみそ汁、黄桃缶	ごまクッキー (ホットケーキの素、すりごま、油、砂糖、ごま)	米、油、片栗粉、ごま、ごま油、砂糖	鶏肉、海藻サラダ、豆腐、味噌	生姜、れんこん、人参、大根、玉ねぎ、黄桃缶	炊き込みわかめ、醤油、酒、みりん、青シソドレッシング、だし
12日 月曜日	ハヤシライス		ミニ南瓜コロッケ コールスローサラダ りんごジュース	お麩ラスク(砂糖) (切麩、油、砂糖)	油、米、栗かぼちゃコロッケ	豚肉	人参、玉ねぎ、マッシュルーム、グリーンピース、キャベツ、りんごジュース	ハヤシルー、ケチャップ、和風ドレッシング
13日 火曜日	きなこご飯	ぶりの照焼	大根のそぼろあん 小松菜の和え物 麩と大根葉のみそ汁、みかん缶	ふかし芋 (さつま芋)	米、砂糖、油、片栗粉、麩	きな粉、ぶり、鶏ミンチ肉、味噌	大根、小松菜、キャベツ、人参、大根葉、みかん缶	醤油、みりん、だし
14日 水曜日	 お弁当日 			ぼたぼた焼き サッポロポテト				
15日 木曜日	菜飯 おたんじょう会	チキンチャップ	キャベツと揚げの煮浸し れんこんとツナのマヨ和え 玉ねぎとコーンのスープ、ストロベリーゼリー	豆腐ドーナツ (絹ごし豆腐、ホットケーキの素、砂糖、油、きな粉)	米、砂糖、油、ストロベリーゼリーの素	鶏肉、油揚げ、かつお節、ツナ	玉ねぎ、ピーマン、キャベツ、人参、れんこん、コーン	菜飯、ケチャップ、ウスターソース、だし、みりん、醤油、エッグゲア、塩、コンソメ、こしょう
16日 金曜日	ゆかりご飯	さばの味噌煮	ビーフン炒め もやしと胡瓜の和え物 豆腐とねぎのすまし汁、オレンジ	白桃ゼリー (ゼリーの素、白桃缶、水)	米、砂糖、油、ビーフン、ごま	さば、味噌、ツナ、豆腐	生姜、青ピーマン、黄ピーマン、キャベツ、もやし、胡瓜、ねぎ、オレンジ	ゆかり粉、醤油、酒、みりん、中華味、塩、だし
19日 月曜日	野菜たっぷりきしめん		ブチ白身フライ ブロッコリーと玉ねぎのマヨサラダ みかん缶	ひじきおにぎり (米、ひじき、油揚げ、人参、砂糖、醤油、だし)	きしめん、油	豚肉、ブチ白身フライ	キャベツ、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、コーン、みかん缶	だし、醤油、みりん、酒、塩、エッグゲア、こしょう
20日 火曜日	菜飯	豚肉とじゃが芋の炒め物	切干大根煮 もやしのゆかり和え 白菜とわかめのみそ汁、バナナ	ウインナー蒸しパン (ホットケーキの素、豆乳、ウインナー)	米、じゃが芋、砂糖、油	豚肉、油揚げ、わかめ、味噌	玉ねぎ、人参、ピーマン、切干大根、グリーンピース、もやし、胡瓜、白菜、バナナ	菜めし、醤油、みりん、塩、ゆかり粉、だし
21日 水曜日	 お弁当日 			星だべよ きなこ餅				
22日 木曜日	わかめご飯	ホキの照り焼き	じゃが芋とひき肉の煮物 オクラのごま和え 玉ねぎと揚げのみそ汁、青りんごゼリー	マカロニきな粉 (マカロニ、油、きな粉、砂糖)	米、油、じゃが芋、砂糖、片栗粉、ごま、青りんごゼリーの素	ホキ、鶏ミンチ肉、油揚げ、味噌	絹さや、人参、オクラ、玉ねぎ	炊き込みわかめ、醤油、だし、みりん
23日 金曜日	ゆかりご飯	チャップチェ	ハムステーキ ツナと小松菜の和え物 豆腐の中華スープ、白桃缶	ホットケーキ (ホットケーキの素、豆乳、メープルシロップ、油)	米、春雨、ごま油、砂糖、片栗粉	豚ミンチ肉、ハムステーキ、ツナ、豆腐	にら、人参、玉ねぎ、椎茸、にんにく、小松菜、ねぎ、白桃缶	ゆかり粉、醤油、酒、だし、中華味、塩、こしょう
26日 月曜日	ソース焼きそば		チキンナゲット インゲンと人参のマヨ和え わかめの中華スープ、みかん缶	おかかおにぎり (米、かつお節、砂糖、醤油)	焼きそば、油	豚肉、青のり粉、チキンナゲット、わかめ	キャベツ、人参、ピーマン、インゲン、コーン、玉ねぎ、みかん缶	焼きそばソース、ケチャップ、エッグゲア、醤油、塩、中華味
27日 火曜日	わかめご飯	あじの南蛮漬け	高野豆腐の含め煮 のり塩粉ふき芋 チンゲン菜ともやしのみそ汁、バナナ	豆乳あずきケーキ (ホットケーキの素、豆乳、小豆)	米、片栗粉、油、砂糖、じゃが芋	あじ、高野豆腐、青のり粉、味噌	玉ねぎ、ピーマン、赤ピーマン、グリーンピース、人参、チンゲン菜、もやし、バナナ	炊き込みわかめ、醤油、酢、酒、みりん、だし、塩
28日 水曜日	 お弁当日 			ぼたぼた焼き サッポロポテト				
29日 木曜日	菜飯	ハンバーグ	さつま揚げと大根の煮物 ひじきサラダ 白菜と玉ねぎのみそ汁、パイン缶	大豆と小魚の甘辛和え (水煮大豆、食べる小魚、片栗粉、油、醤油、砂糖)	米、パン粉、油、砂糖	合挽ミンチ肉、ひじき、ツナ、さつま揚げ、味噌	玉ねぎ、大根、絹さや、キャベツ、コーン、白菜、パイン缶	菜めし、塩、こしょう、ケチャップ、和風ドレッシング、だし、醤油、みりん
30日 金曜日	ゆかりご飯	鶏のごまマヨ焼き	ミニ野菜コロッケ もやしとコーンの和え物 麩とわかめのすまし汁、オレンジ	黒糖蒸しパン (ホットケーキの素、黒砂糖、豆乳)	米、ごま、砂糖、野菜コロッケ、油、麩	鶏肉、わかめ	もやし、人参、コーン、オレンジ	ゆかり粉、醤油、みりん、エッグゲア、塩、だし

※材料の都合により献立を変更する場合があります。



令和5年度 6月給食よていこんだて(豊中みどり幼稚園 2号)



日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる たべもの さいろ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート					
1日 木曜日	菜飯	赤魚の煮付け	キャベツとツナのソテー もやしのボン酢和え 玉ねぎと茄子のみそ汁、パイン缶	ブルーベリー蒸しパン (ブルーベリー、ラム、 ホットケーキの素、豆乳)	米、砂糖、油	赤魚、ツナ、味噌	生姜、キャベツ、ピーマン、もやし、人参、茄子、玉ねぎ、パイン缶	菜めし、醤油、酒、みりん、塩、こしょう、ボン酢、だし
2日 金曜日	わかめご飯	豚肉と大根の炒め煮	白菜のごま和え マカロニサラダ 豆腐とねぎのみそ汁、オレンジ	白玉きな粉 (白玉団子、きな粉、砂糖)	米、油、砂糖、ごま、マカロニ	豚肉、豆腐、味噌	大根、人参、絹さや、白菜、胡瓜、ねぎ、オレンジ	炊き込みわかめ、醤油、みりん、エッグケア、塩、こしょう、だし
3日 土曜日	肉うどん		ひじき煮 黄桃缶	ベジたべる (ベジたべる)	うどん、砂糖	豚肉、ひじき、油揚げ	玉ねぎ、ねぎ、人参、グリーンピース、黄桃缶	酒、塩、醤油、だし、みりん
5日 月曜日	みそ豚丼		なすの甘辛煮 大根サラダ 鮎とわかめのすまし汁、みかん缶	じゃがいも餅 (じゃが芋、片栗粉、醤油、砂糖、みりん)	砂糖、米、麴	豚肉、味噌、わかめ	ごぼう、キャベツ、椎茸、ねぎ、生姜、揚げ茄子、ピーマン、大根、胡瓜、みかん缶	塩、酒、醤油、みりん、和風ドレッシング、だし
6日 火曜日	ゆかりご飯	豆腐入りつくね焼き	さつま揚げとじゃが芋の煮物 花野菜サラダ 白菜とねぎのみそ汁、ぶどうゼリー	いちごケーキ (ホットケーキの素、豆乳、いちごジャム、砂糖)	米、片栗粉、油、じゃが芋、砂糖、ブドウゼリーの素	鶏ミンチ肉、豆腐、さつま揚げ、味噌	玉ねぎ、生姜、絹さや、カリフラワー、ブロッコリー、コーン、白菜、ねぎ	ゆかり粉、塩、醤油、みりん、だし、和風ドレッシング
7日 水曜日	 お弁当日 			ばりんこ ベジたべる				
8日 木曜日	ロールパン	白身魚のパン粉焼き	南瓜ソテー コーンサラダ、オレンジ 青菜ともやしのスープ、牛乳	五平餅 (米、水、ごま、味噌、砂糖、 醤油、片栗粉)	バターロール、パン粉、油	ホキ、牛乳	かぼちゃ、キャベツ、人参、コーン、チンゲン菜、もやし、オレンジ	バセリ粉、塩、こしょう、エッグケア、コンソメ
9日 金曜日	わかめご飯	鶏のから揚げ	金平れんこん 海藻サラダ 豆腐と玉ねぎのみそ汁、黄桃缶	ごまクッキー (ホットケーキの素、すりごま、油、砂糖、ごま)	米、油、片栗粉、ごま、ごま油、砂糖	鶏肉、海藻サラダ、豆腐、味噌	生姜、れんこん、人参、大根、玉ねぎ、黄桃缶	炊き込みわかめ、醤油、酒、みりん、青シロドレッシング、だし
10日 土曜日	そぼろごはん		ほうれん草とコーンのソテー パイン缶	源氏パイ 星たべよ	米、砂糖、油	鶏ミンチ肉	玉ねぎ、ミックスベジタブル、枝豆、ほうれん草、コーン、パイン缶	醤油、酒、みりん、塩
12日 月曜日	ハヤシライス		ミニ南瓜コロッケ コールスローサラダ りんごジュース	お麴ラスク(砂糖) (切麴、油、砂糖)	油、米、栗かぼちゃコロッケ	豚肉	人参、玉ねぎ、マッシュルーム、グリーンピース、キャベツ、りんごジュース	ハヤシルー、ケチャップ、和風ドレッシング
13日 火曜日	きなごご飯	ぶりの照焼	大根のそぼろあん 小松菜の和え物 鮎と大根葉のみそ汁、みかん缶	ふかし芋 (さつま芋)	米、砂糖、油、片栗粉、麴	きな粉、ぶり、鶏ミンチ肉、味噌	大根、小松菜、キャベツ、人参、大根葉、みかん缶	醤油、みりん、だし
14日 水曜日	 お弁当日 			ぼたぼた焼き サッポロポテト				
15日 木曜日	菜飯 おたんじょう会	チキンチャップ	キャベツと揚げの煮浸し れんこんとツナのマヨ和え 玉ねぎとコーンのスープ、ストロベリーゼリー	豆腐ドーナツ (絹ごし豆腐、ホットケーキの素、砂糖、油、きな粉)	米、砂糖、油、ストロベリーゼリーの素	鶏肉、油揚げ、かつお節、ツナ	玉ねぎ、ピーマン、キャベツ、人参、れんこん、コーン	菜飯、ケチャップ、ウスターソース、だし、みりん、醤油、エッグケア、塩、コンソメ、こしょう
16日 金曜日	ゆかりご飯	さばの味噌煮	ビーフン炒め もやしと胡瓜の和え物 豆腐とねぎのすまし汁、オレンジ	白桃ゼリー (ゼリーの素、白桃缶、水)	米、砂糖、油、ビーフン、ごま	さば、味噌、ツナ、豆腐	生姜、青ピーマン、黄ピーマン、キャベツ、もやし、胡瓜、ねぎ、オレンジ	炊き込みわかめ、醤油、酒、みりん、中華味、塩、だし
17日 土曜日	チャーハン		春雨サラダ 白桃缶	サッポロポテト (1オからのサッポロポテト)	米、油、春雨、砂糖	豚ミンチ肉	玉ねぎ、ミックスベジタブル、胡瓜、人参、きくらげ、白桃缶	醤油、塩、こしょう、酢
19日 月曜日	野菜たっぷりきしめん		プチ白身フライ ブロッコリーと玉ねぎのマヨサラダ みかん缶	ひじきおにぎり (米、ひじき、油揚げ、人参、砂糖、醤油、だし)	きしめん、油	豚肉、プチ白身フライ	キャベツ、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、コーン、みかん缶	だし、醤油、みりん、酒、塩、エッグケア、こしょう
20日 火曜日	菜飯	豚肉とじゃが芋の炒め物	切干大根煮 もやしのゆかり和え 白菜とわかめのみそ汁、バナナ	ウインナー蒸しパン (ホットケーキの素、豆乳、ウインナー)	米、じゃが芋、砂糖、油	豚肉、油揚げ、わかめ、味噌	玉ねぎ、人参、ピーマン、切干大根、グリーンピース、もやし、胡瓜、白菜、バナナ	菜めし、醤油、みりん、酒、ゆかり粉、だし
21日 水曜日	 お弁当日 			星たべよ きなご餅				
22日 木曜日	わかめご飯	ホキの照り焼き	じゃが芋とひき肉の煮物 オクラのごま和え 玉ねぎと揚げのみそ汁、青りんごゼリー	マカロニきな粉 (マカロニ、油、きな粉、砂糖)	米、油、じゃが芋、砂糖、片栗粉、ごま、青りんごゼリーの素	ホキ、鶏ミンチ肉、油揚げ、味噌	絹さや、人参、オクラ、玉ねぎ	炊き込みわかめ、醤油、だし、みりん
23日 金曜日	ゆかりご飯	チャプチェ	ハムステーキ ツナと小松菜の和え物 豆腐の中華スープ、白桃缶	ホットケーキ (ホットケーキの素、豆乳、メープルシロップ、油)	米、春雨、ごま油、砂糖、片栗粉	豚ミンチ肉、ハムステーキ、ツナ、豆腐	にら、人参、玉ねぎ、椎茸、にんにく、小松菜、ねぎ、白桃缶	ゆかり粉、醤油、酒、だし、中華味、塩、こしょう
24日 土曜日	マーボー豆腐丼		切干大根の中華和え みかん缶	きなご餅 ぼたぼた焼き	油、砂糖、片栗粉、米	豆腐、豚ミンチ肉、味噌	ねぎ、生姜、切干大根、人参、枝豆、みかん缶	醤油、酒、中華味、酢
26日 月曜日	ソース焼きそば		チキンナゲット インゲンと人参のマヨ和え わかめの中華スープ、みかん缶	おかかおにぎり (米、かつお節、砂糖、醤油)	焼きそば、油	豚肉、青のり粉、チキンナゲット、わかめ	キャベツ、人参、ピーマン、インゲン、コーン、玉ねぎ、みかん缶	焼きそばソース、ケチャップ、エッグケア、醤油、中華味
27日 火曜日	わかめご飯	あじの南蛮漬け	高野豆腐の含め煮 のり塩粉ふき芋 チンゲン菜ともやしのみそ汁、バナナ	豆乳あずきケーキ (ホットケーキの素、豆乳、小豆)	米、片栗粉、油、砂糖、じゃが芋	あじ、高野豆腐、青のり粉、味噌	玉ねぎ、ピーマン、赤ピーマン、グリーンピース、人参、チンゲン菜、もやし、バナナ	炊き込みわかめ、醤油、酢、酒、みりん、だし、塩
28日 水曜日	 お弁当日 			ぼたぼた焼き サッポロポテト				
29日 木曜日	菜飯	ハンバーグ	さつま揚げと大根の煮物 ひじきサラダ 白菜と玉ねぎのみそ汁、パイン缶	大豆と小魚の甘辛和え (水煮大豆、食べる小魚、片栗粉、油、醤油、砂糖)	米、パン粉、油、砂糖	合挽ミンチ肉、ひじき、ツナ、さつま揚げ、味噌	玉ねぎ、大根、絹さや、キャベツ、コーン、白菜、パイン缶	菜めし、塩、こしょう、ケチャップ、和風ドレッシング、だし、醤油、みりん
30日 金曜日	ゆかりご飯	鶏のごまマヨ焼き	ミニ野菜コロッケ もやしとコーンの和え物 鮎とわかめのみそ汁、オレンジ	黒糖蒸しパン (ホットケーキの素、黒砂糖、豆乳)	米、ごま、砂糖、野菜コロッケ、油、麴	鶏肉、わかめ	もやし、人参、コーン、オレンジ	ゆかり粉、醤油、みりん、エッグケア、塩、だし

※材料の都合により献立を変更する場合があります。