

# 令和5年 6月分 3歳以上児献立

玉成幼稚園（にじのへや）

1日（木） ごはん/ぶたにくのおいすたーいため/ひじきとうふのさらだ/きゅうり/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

17日（土） そぼろごはん/しおもみきゅうり/ぐだくさんじる/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

2日（金） じゃむぱん/さわらのかれーむにえる/おーろさらだ/こふきいも/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

19日（月） わかめごはん/とりにくのれもんそーす/やさいのごまみそあえ/かぼちゃのばたーいため/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

3日（土） そぼろごはん/しおもみきゅうり/ぐだくさんじる/くだもの  
[おやつ]★/くだもの

20日（火） ごはん/すこっふめんち/そくせきづけ/なむる/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

5日（月） わかめごはん/とりにくのれもんそーす/やさいのごまみそあえ/かぼちゃのばたーいため/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

21日（水） あんかけやきそば/とまと/なまあげときのこのすーぷ（なまあげのふくめに）/くだもの  
[おやつ]うみおにぎり/ぎゅうにゅう

6日（火） ごはん/すこっふめんち/そくせきづけ/なむる/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

22日（木） なっとうごはん/いわしのしょうがに/こまつなのはむいため/みそしる/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

7日（水） あんかけやきそば/とまと/なまあげときのこのすーぷ（なまあげのふくめに）/くだもの  
[おやつ]うみおにぎり/ぎゅうにゅう

23日（金） しょくぱん/ぶたにくのままれーどやき/つなさらだ/ゆでとうもろこし/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

8日（木） なっとうごはん/とうふだんご/こまつなのはむいため/すなっふえんどう/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

24日（土） ごはん/しおこうじとりじゃが/おくらのにりあえ/みそしる/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

9日（金） しょくぱん/ぶたにくのままれーどやき/つなさらだ/ゆでとうもろこし/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

26日（月） あおなごはん/さけのしおやき/ひじきとうふのいりに/きやべつとおれんじのさらだ/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

10日（土） ごはん/しおこうじとりじゃが/おくらのにりあえ/みそしる/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

27日（火） ごはん/とりにくのうめてりやき/はるさめさらだ/かぼちゃのあまに/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

12日（月） あおなごはん/さけのしおやき/ひじきとうふのいりに/きやべつとおれんじのさらだ/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

28日（水） はやしらいす/きやべつのしらすあえ/ちんげんさいのすーぷ（ちんげんさいのおひたし）/くだもの  
[おやつ]みかんゼリー/ごませんべい/ぎゅうにゅう

13日（火） ごはん/とりにくのうめてりやき/はるさめさらだ/かぼちゃのあまに/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

29日（木） ごはん/ぶたにくのみそやき/きゅうりのすのもの/とまと/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

14日（水） はやしらいす/きやべつのしらすあえ/ちんげんさいのすーぷ（ちんげんさいのおひたし）/くだもの  
[おやつ]あじさいゼリー/ごませんべい/ぎゅうにゅう

30日（金） しょくぱん/くりすぴーちきん/やさいとベーコンのさらだ/まかろにのまよあえ/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

15日（木） ごはん/ぶたにくのおいすたーいため/ひじきとうふのさらだ/きゅうり/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

エネルギー:561 kcal たんぱく質:21.1 g  
脂 質:17.4 g 食塩相当量:1.6 g

16日（金） じゃむぱん/さわらのかれーむにえる/おーろさらだ/こふきいも/くだもの  
[おやつ]★/ぎゅうにゅう

◎果物は季節のものを出しています。今月はバナナ、メロン、すいか、柑橘類から提供します。

◎緊急用食材「豆腐だんご」（生活クラブの商品）入れ替えのため、8日の献立に取り入れています。

◎★印は市販のおやつを提供します。

◎食材の都合により献立が変更する場合があります。ご了承ください。