



上河内幼稚園

6月献立表

6/2(月) ・ミートボール ・クリームコロッケ ・ゆでブロッコリー ・野菜のナムル ・ミニゼリー エネルギー154.2kcal たんぱく質 6.2g	6/3(火) ・厚揚げと挽肉の和風あんかけ ・さつまいもコロッケ ・ゆでブロッコリー ・ひじきの煮物 エネルギー161.3kcal たんぱく質 6.1g
6/4(水) ・メンチカツ ・ソース焼きそば ・ミニトマト ・ポテトサラダ エネルギー155.7kcal たんぱく質 5.8g	6/5(木) ・コーンコロッケ ・ロールキャベツのトマト煮 ・ゆでブロッコリー ・なすのミートソース和え エネルギー129.7kcal たんぱく質 6.6g
6/6(金) ・チキン南蛮 ・バジルオイルスパゲッティ ・ゆでブロッコリー ・かぼちゃのそぼろあん エネルギー154.4kcal たんぱく質 5.5g	6/9(月) ・酢豚 ・春巻き ・ゆでブロッコリー ・ほうれん草の信田和え ・ミニゼリー  エネルギー143.3kcal たんぱく質 7.2g
6/10(火) ・チキンフライ ・野菜のミートソース和え ・ミニトマト ・小松菜の胡麻和え エネルギー157.9kcal たんぱく質 7.5g	6/11(水) ・えびカツ ・ナポリタン ・ゆでブロッコリー ・ほうれん草とベーコンのソテー エネルギー143.3kcal たんぱく質 7.2g
6/12(木) ・ミニハンバーグ(トマトソース) ・焼売 ・ゆでブロッコリー ・小松菜のおひたし エネルギー155.8kcal たんぱく質 5.6g	6/13(金) ・クリームシチュー ・あらびきウインナー ・ミニトマト ・ブロッコリーのツナサラダ エネルギー165.1kcal たんぱく質 6.5g
6/16(月) ・親子煮 ・ハムカツ ・ミニトマト ・切干大根煮 ・ミニゼリー エネルギー135.9kcal たんぱく質 6.2g	6/17(火) ・豚肉と玉ねぎの塩炒め ・かぼちゃコロッケ ・ゆでブロッコリー ・一口がんも エネルギー148.9kcal たんぱく質 6.4g
6/19(木) ・キーマカレー ・ミニヒレカツ ・ミニトマト ・マカロニサラダ  エネルギー159.2kcal たんぱく質 8.1g	6/20(金) ・からあげ ・厚焼玉子 ・ゆでブロッコリー ・春雨サラダ エネルギー162.9kcal たんぱく質 6.9g
6/23(月) ・鯖の味噌煮 ・いもフライ ・ゆでブロッコリー ・炒り豆腐 エネルギー146.8kcal たんぱく質 5.3g	6/24(火) ・揚げ餃子 ・麻婆豆腐 ・ゆでブロッコリー ・いんげんの胡麻和え エネルギー155.8kcal たんぱく質 7.4g
6/25(水) ・豆腐ハンバーグ ・ハッシュドポテト ・ミニトマト ・さつまいもサラダ エネルギー161.2kcal たんぱく質 5.8g	6/26(木) ・白身魚の磯辺フライ ・塩焼きそば ・ゆでブロッコリー ・ポークチャップ  エネルギー148.7kcal たんぱく質 7.1g
6/27(金) ・さつま芋コロッケ ・肉焼売 ・ゆでブロッコリー ・五目煮豆 エネルギー152.2kcal たんぱく質 6.3g	6/30(月) ・照り焼きチキン ・チーズオムレツ ・ゆでブロッコリー ・マカロニサラダ  エネルギー161.2kcal たんぱく質 6.8g

材料の入荷により献立を変更することがありますので、ご了承ください。