

# GA 給食だより 献立表



6月は、「歯と口の健康週間」なので、ポークビーンズやきんぴらごぼうなどのカミカミメニューを取り入れています。

日(曜)	献立名	主な食材名	おやつ	卵、乳 アレルギー対応食
1 (月)	魚の梅味噌焼き 豆腐の味噌汁 酢の物 ブロッコリー	鮭、味噌、梅びしお 豆腐、人参、玉葱、小松菜 春雨、人参、胡瓜、カニスティック	マドレーヌ+ポーロ	マフィン+お菓子
2 (火)	五色揚げ すまし汁 ブロッコリーの胡麻和え トマト	ささみ、大豆、さつまい、MIXベジタブル ふかし、人参、椎茸、わかめ ブロッコリー、人参、ごま	カルピスゼリー+ウエ ハース (カルピス、ゼラチン)	ゼリー+お菓子
3 (水)	高野豆腐の煮物 味噌汁 鶏ささみのサラダ トマト/大豆ふりかけ	高野豆腐、人参、干椎茸、いんげん もやし、玉葱、人参、ほうれん草 ささみ、キャベツ、人参	手作りピザトースト (食パン、ウインナー、 玉ねぎ、ピーマン、チー ズ)	タルト
4 (木)	卵焼き 味噌汁 きんぴらごぼう ブロッコリー	卵、ひじき、ツナ、牛乳、葱、パン粉 人参、しめじ、キャベツ、ほうれん草 ごぼう、人参、いんげん、ごま	豆腐ドーナツ (豆腐、HKM、おから)	
5 (金)	鶏トマトクリーム煮 スープ 粉ふき芋 ブロッコリー	鶏肉、トマト缶、生クリーム もやし、人参、玉葱、小松菜 じゃが芋、パセリ	林檎マフィン (小麦粉、BP、林檎、 卵、バター)	マフィン
6 (土)	鮭の葱焼き 味噌汁 酢の物 トマト	鮭、葱 じゃが芋、人参、薄揚げ、わかめ 春雨、人参、胡瓜、カニスティック	クッキー (小麦粉、バター、卵、 ココア)	クッキー (小麦粉、豆乳、 油、ココア)
8 (月)	豚肉のゆで南蛮 スープ 中華サラダ トマト	豚肉、玉葱、ピーマン、生姜 キャベツ、玉葱、人参、小松菜 春雨、人参、胡瓜、ハム	蒸しパン (HKM、レーズン、豆乳)	
9 (火)	魚のフライ スープ 春雨サラダ ブロッコリー	白身魚、小麦粉、卵、パン粉、ケチャップ キャベツ、人参、椎茸、わかめ 春雨、人参、胡瓜、ハム、マヨネーズ	オレンジヨーグルトマ フィン (小麦粉、BP、ジャム、 ヨーグルト、バター、卵)	マフィン
10 (水)	洋風卵蒸し すまし汁 じゃが芋バター醤油炒め トマト	卵、コーンポタージュ、牛乳、チーズ、ハム 人参、わかめ、椎茸、薄揚げ、ふ じゃが芋、ブロッコリー、バター、かつお節	ジャムサンド+ポーロ (食パン、ジャム)	マフィンサンド+お菓 子 (マフィン、ジャム)
11 (木)	肉豆腐 すまし汁 胡麻和え 納豆和え	豆腐、豚肉、玉葱 わかめ、ふ、えのき、人参、ほうれん草 小松菜、もやし、人参、ごま、さつまい、 納豆、チーズ、ほうれん草	アメリカンドック (HKM、ウインナー、豆乳)	
12 (金)	ピピンバ スープ トマト ブロッコリー/果物	合挽肉、ほうれん草、もやし、人参、大根、生姜、ごま油 キャベツ、人参、玉葱、小松菜	パイナップルケーキ (HKM、パイン、卵、牛 乳、バター)	タルト
13 (土)	ハンバーグ スープ マカロニサラダ トマト	合挽肉、パン粉、玉葱、牛乳、ケチャップ 玉葱、人参、えのき、もやし マカロニ、人参、胡瓜、ハム、マヨネーズ	ワッフル	マフィン
15 (月)	魚照り焼き すまし汁 中華サラダ ブロッコリー	鮭 豆腐、人参、えのき、わかめ もやし、人参、胡瓜、ハム	お茶蒸しパン (HKM、チーズ、抹茶、 豆乳)	お茶蒸しパン (HKM、抹茶、豆乳)
16 (火)	鶏カレー粉揚げ スープ ポテトサラダ トマト	鶏肉、カレー粉 人参、もやし、玉葱、ほうれん草 じゃが芋、人参、胡瓜、ハム、マヨネーズ	ココアゼリー+お菓子 (牛乳、ココア、ゼラチ ン)	ゼリー+お菓子
17 (水)	チャンチャン焼き 豆腐のスープ 切干大根の煮物 果物	鮭、キャベツ、もやし、葱、味噌 豆腐、人参、えのき、わかめ 切干大根、人参、薄揚げ、干椎茸、いんげん	ピーチクラフティ (HKM、もも、卵、ヨー グルト、生クリーム)	タルト



日(曜)	献立名	主な食材名	おやつ	卵、乳 アレルギー対応食
18 (木)	マーマレード焼き すまし汁 酢の物 トマト	鶏肉、マーマレードジャム、玉葱 じゃが芋、薄揚げ、人参、ほうれん草 もやし、人参、胡瓜、カニスティック	メロンパン+小魚(以)	マフィン
19 (金)	シーフードグラタン ケチャップライス 肉団子スープ サラダ/トマト/果物	エビ、イカ、マカロニ、小麦粉、バター、牛乳、パセリ MIXベジタブル ひき肉、人参、ほうれん草、玉葱 胡瓜、キャベツ、人参	★お楽しみ★	
20 (土)	ハワイアンソー スープ カニサラダ トマト	豚肉、パイン じゃが芋、人参、わかめ、椎茸 胡瓜、カニスティック、コーン、マヨネーズ	ゼリー (ゼリーの素)	
22 (月)	生姜焼き 味噌汁 もやしのナムル ブロッコリー	豚肉、生姜 玉葱、人参、南瓜、ほうれん草 もやし、人参、ごま油	人参ケーキ (HKM、人参、卵、牛乳、 バター)	タルト
23 (火)	魚の南蛮漬け ラーメンスープ 南瓜のタルタルサラダ トマト	白身魚、玉葱、黄パプリカ、赤パプリカ 中華麺、もやし、玉葱、人参、ベーコン、ほうれん草 南瓜、胡瓜、人参、玉葱、卵、マヨネーズ	芋ようかん (さつまい、寒天)	
24 (水)	鶏ののり焼き なめこの味噌汁 ゆかり和え 加賀つるまめの天ぷら/果物	鶏肉、生姜、のり 玉葱、人参、なめこ、小松菜 キャベツ、胡瓜、人参、ゆかり 加賀つるまめ、小麦粉、卵	焼うどん (うどん、キャベツ、人参、もやし、豚肉) *未満児クラスはおにぎりの提供です	
25 (木)	魚のきのこあんかけ 切干大根の味噌汁 粉ふき芋 ブロッコリー	鮭、椎茸、えのき、しめじ、オイスターソース 切干大根、玉葱、人参、薄揚げ、椎茸 じゃが芋、パセリ	マカロニあべかわ (マカロニ、きな粉)	
26 (金)	オイスターソース炒め 豆腐のスープ マカロニサラダ トマト	じゃが芋、豚肉、ピーマン 豆腐、人参、えのき、もやし マカロニ、人参、胡瓜、ハム、マヨネーズ	ポパイケーキ (HKM、卵、牛乳、バ ター、ほうれん草)	タルト
27 (土)	みそ焼き すまし汁 ひじきの煮物 ブロッコリー	鮭、味噌 人参、玉葱、わかめ、椎茸 ひじき、人参、薄揚げ、いんげん、糸コン	ハムチーズトースト (食パン、ハム、チーズ)	チーズトースト (食パン、チーズ)
29 (月)	鶏葱焼き 味噌汁 コールスローサラダ トマト	鶏肉、葱 じゃが芋、薄揚げ、人参、玉葱、ほうれん草 キャベツ、人参、胡瓜、ハム、マヨネーズ	チーズ蒸しパン (HKM、豆乳、チーズ)	蒸しパン (HKM、豆乳、レー ズン)
30 (火)	竹輪の磯辺揚げ スープ ポークビーンズ 果物	竹輪、小麦粉、卵、牛乳、青のり キャベツ、玉葱、人参、ほうれん草 大豆、豚肉、小松菜、玉葱、トマト缶	フルーツゼリー+ウエ ハース (サイダー、みかん、バ ナナ、もも)	フルーツゼリー+お 菓子 (サイダー、みか ん、バナナ、もも)
卵乳使用食材一覧表		卵使用食品	フレンチドレッシング、ハム、中華麺、 マヨネーズ、ベーコン、パン系	
		乳製品使用食品	食パン、マーガリン、バター、カルピス、コーンポタージュ、パン系	
<p>★19日はうきうきランチです。★主食に精白米と胚芽米をブレンドしたのを使っています。          ☆果物は旬の物を提供いたします。★アレルギー対応食の記載がない場合は代替え食はなく、共通食です。          ☆(以)は以上児さんへの提供です。(未)は未満児さんへの提供です。( )の記載がないものは共通の提供          です。</p>				

