

**今月はリクエスト給食です!**  
保護者様、職員よりリクエストしていただいたメニューを中心に献立を作成しました。

	1日(火) 21日(月)	2日(水) 22日(火)	3日(木) 23日(水)	4日(金) 24日(木)	7日(月) 30日(水)	8日(火) 28日(月)
献立	<b>あんかけうどん</b> 豚肉の松風焼き (卵、牛乳、小麦不使用)  果物(オレンジ)	御飯 <b>タンドリーチキン(皮付き)</b> ひじきのごま風味サラダ (マヨドレ) たまねぎときゃべつの コンソメスープ 普・粗;ミルクスティック 押;ウエハース ペ・管;ゼリー飲料	御飯 <b>たらのカレームニエル</b> ベーコンとアスパラの野菜炒め さつまいものみそ汁 果物(ぶどう)	<b>ピラフ</b> 大根のツナ煮 <b>かぼちゃのポターージュ</b> 果物(キウイ)	御飯 <b>鮭の塩こうじ焼き</b> ほうれん草とウインナーの ソテー だいこんとわかめのすまし汁 果物(オレンジ)	御飯 <b>お好み焼き(マヨドレ)</b> <b>かぼちゃの甘煮</b> 豆腐とわかめのみそ汁 果物(ぶどう)
材料	干しうどん 油揚げ えのきたけ たまねぎ ほうれんそう かつお・昆布だし 本みりん こいくちしょうゆ 片栗粉  豚ももミンチ たまねぎ 片栗粉 豆腐(絹ごし) 三温糖 <b>すりみそ</b> いりごま かぼちゃ  オレンジ  	<b>精白米</b> 鶏肉もも皮付き 食塩 こしょう カレー粉 パプリカ 食塩 無糖ヨーグルト トマトケチャップ にんにく しょうが にんじん  ひじき こいくちしょうゆ きゅうり 冷凍コーン 日清 マヨドレ ごま こいくちしょうゆ  味の素KKコンソメ 食塩 たまねぎ キャベツ パセリ  ミルクスティック カルシウムウエハース ゼリー飲料	<b>精白米</b> たら 食塩 こしょう 薄力粉 カレー粉 有塩バター <b>きゅうり</b>  サラダ油 にんじん ベーコン グリーンアスパラガス 冷凍コーン 食塩 こいくちしょうゆ  <b>すりみそ</b> だし さつまいも 豆腐(絹ごし) カットわかめ  ぶどう  	<b>精白米</b> 味の素KKコンソメ 水 有塩バター 食塩 こしょう たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム水煮 ウインナーソーセージ オリーブ油  だいこん にんじん ツナ缶 味の素KKコンソメ 本みりん こいくちしょうゆ  <b>かぼちゃ</b> たまねぎ 味の素KKコンソメ 牛乳 食塩 こしょう ホイップクリーム  キウイ(ゴールド)	<b>精白米</b> アトシティックサーモン 塩こうじ きゅうり  ほうれんそう ウインナーソーセージ サラダ油 食塩 こしょう  かつお・昆布だし 糸花鰹 だいこん 食塩 うすくちしょうゆ カットわかめ かいわれ  オレンジ  	<b>精白米</b> 豚ももミンチ 食塩 キャベツ ねぎ 鶏卵 干し桜えび(無着色) かつお粉 薄力粉 ベーキングパウダー かつお・昆布だし 山芋パウダー いか天入り天かす お好みソース 日清 マヨドレ 糸花鰹 あおのり  かぼちゃ だし こいくちしょうゆ 三温糖  <b>すりみそ</b> だし 豆腐(絹ごし) カットわかめ たまねぎ  ぶどう

\*献立、食材は都合により変更になることがあります。

	9日(水)	10日(木) 25日(金)	17日(木) 29日(火)	18日(金) 31日(木)
献立	御飯 <b>チンジャオロウス</b> <b>さつまいもスティック</b> とうふとにらの中華スープ 果物(キウイ)	パン(イエローロール) <b>鶏の竜田揚げ</b> 切り干し大根のサラダ きゃべつとコーンの コンソメスープ ヨーグルト	<b>夏野菜カレー</b> ウインナーときゃべつの コンソメスープ 普・粗;ぼんせんえび 押;かつばえびせん ペ・管;ゼリー飲料	御飯 8 <b>ささみのフライ</b> ほうれん草のしらす和え 玉ねぎとわかめのみそ汁 果物(バナナ)
材料	<b>精白米</b> ピーマン たけのこ水煮 にんじん 牛肉 もも肉 日本酒 食塩 片栗粉 ごま油 オイスターソース 日本酒 こいくちしょうゆ 本みりん 中華味 上白糖  さつまいも サラダ油 食塩  豆腐(絹ごし) カットわかめ たまねぎ にら 中華味 水 食塩 こいくちしょうゆ  キウイ(ゴールド)	NEGイエロー30g×1ヶ 鶏もも皮なし しょうが こいくちしょうゆ 料理酒 片栗粉 サラダ油 かぼちゃ  切り干し大根 きゅうり ロースハム にんじん ごま油 穀物酢 上白糖 こいくちしょうゆ  味の素KKコンソメ 水 食塩 キャベツ 冷凍コーン  ソフール	<b>精白米</b> 豚ももミンチ たまねぎ にんにく かぼちゃ なす ピーマン オクラ 大豆油 パーモンドカレー甘口  味の素KKコンソメ 食塩 水 たまねぎ ウインナーソーセージ キャベツ  ぼんせんえび かつばえびせん ゼリー飲料	<b>精白米</b> 鶏肉ささみ 食塩 片栗粉 牛乳 コーンフレーク にんじん  ほうれんそう ちりめんじゃこ こいくちしょうゆ  <b>すりみそ</b> だし たまねぎ 豆腐(絹ごし) カットわかめ  バナナ

4~6月 給食リクエスト

人気ランキング

- 1位 **あんかけうどん**
- 2位 **タンドリーチキン**
- 3位 **鶏の竜田揚げ**
- 4位 **カレー**
- 8位 **ささみのフライ**
- お好み焼き**
- 豚の松風焼き**
- 12位 **ハンバーグ**
- チンジャオロウス**
- かぼちゃの煮物**
- さつまいもスティック**
- かぼちゃのポターージュ**
- 鮭の塩こうじ焼き**
- ピラフ**
- えんどう豆の新玉ねぎのポターージュ**

★地場野菜を使っています!

(普賢寺ふれあいの駅より納品)

精白米 すりみそ かぼちゃ きゅうり



<今月の栄養価(米飯、普通食を全量摂取した場合)>

エネルギー	359Kcal	タンパク質	14.5g	脂質	9.6g	カルシウム	103mg	鉄	1.5mg	ビタミンA	162 μg
ビタミンB1	0.23mg	ビタミンB2	0.17mg	ビタミンC	33mg	食物繊維	3.2g	食塩相当量	2.2g		