令和３年度

6がつのこんだてよていひょう

深谷市立深谷東幼稚園

日	こんだてめい	きいろのなかま 熱や力の元になる	あかのなかま 血や肉になる	みどりのなかま 体の調子を整える	ｴﾈﾙｷﾞｰ たんぱく質
1 火	こくとうきなこあげぱん	コッペパン, 油, 黒砂糖, グラニュー糖	きなこ		480 kcal
	おんやさい			にんじん, きゅうり, キャベツ, ブロッコリー	
	ぽとふ	油, じゃがいも	ウインナー	玉葱, にんじん, キャベツ	15.9 g
	よーぐると		ヨーグルト		
2 水	ごはん	精白米			405 kcal
	たんどりーちきん	油	鶏肉, ヨーグルト	玉葱, にんにく, しょうが	
	きりぼしだいこんのあえもの		かまぼこ	切干しだいこん, にんじん, ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし, きゅうり	17.3 g
	けんちんじる	こんにゃく	豆腐	だいこん, にんじん, 椎茸, ほうれんそう, ねぎ	
3 木	ごもくうどん 富岡市郷土料理	地粉うどん, 油	鶏肉, なると, 油揚げ	にんじん, 玉葱, 椎茸, ねぎ, こまつな	520 kcal
	ほるもんあげ	薄力粉, パン粉, 油, 三温糖	焼き竹輪		19.6 g
	じょうしゅうさらだ	しらたき	ツナ	きゅうり, にんじん, キャベツ	
4 金	ごはん	精白米			456 kcal
	はるまき	油	はるまき		
	かみかみきんぴら	油, こんにゃく, 三温糖	鶏肉	ごぼう, にんじん, 切干しだいこん	14.6 g
	じゃがいもとわかめのみそしる	じゃがいも	油揚げ, わかめ, みそ	ねぎ, こまつな	
7 月	そいどん	精白米, 三温糖	ベーコン, 豚ひき肉, 大豆	にら	465 kcal
	かいそうさらだ		わかめ	キャベツ, とうもろこし, きゅうり, にんじん	20.5 g
	かきたまじる	かたくり粉	豆腐, なると, たまご	にんじん, 玉葱, こまつな	
8 火	こどもぱん	子供パン			432 kcal
	ちきんのふれーくやき	パン粉, コーンフレーク, ノンエッグマヨネーズ	鶏肉, 粉チーズ		
	ほうれんそうとこーんのそてー	油	ベーコン	にんじん, キャベツ, とうもろこし, ほうれんそう	16.5 g
	みねすとろーね	油, じゃがいも, マカロニ	豚肉, あさり, 大豆	にんにく, セロリー, にんじん, 玉葱, トマト, パセリ	
9 水	ごはん	精白米			481 kcal
	ほいこーろー	ごま油, 三温糖	豚肉, 生揚げ, みそ	にんにく, にんじん, たけのこ, キャベツ, 青ピーマン	
	ちゅうかすーぷ	油, 緑豆はるさめ, ごま油	鶏肉	にんじん, 玉葱, チンゲンツァイ	16.9 g
	すいか			すいか	
10 木	わかめごはん	精白米	わかめ		460 kcal
	ぶたにくのこうみあげ	かたくり粉, 油, 三温糖	豚肉, 豚肝臓	しょうが	
	はなやさいのさらだ		ツナ	ブロッコリー, カリフラワー, キャベツ	17.4 g
	じゃがいものみそしる	じゃがいも	豆腐, みそ	にんじん, ねぎ, こまつな	
11 金	ごはん	精白米			502 kcal
	いわしのかばやき	油, 三温糖	いわし	しょうが	
	ぱりぱりさらだ		油揚げ	だいこん, きゅうり, キャベツ	19.9 g
	とんじる	油, こんにゃく, じゃがいも	豚肉, 豆腐, みそ	ごぼう, にんじん, だいこん, ねぎ	
14 月	かつどん	精白米, 薄力粉, パン粉, 油, 三温糖	鶏肉		481 kcal
	だいこんとじゃこのさらだ	ごま油	ちりめんじゃこ	だいこん, きゅうり, にんじん	22.6 g
	なめこじる		豆腐, みそ	なめこ, にんじん, ねぎ, こまつな	
15 火	くろぱん	黒パン			478 kcal
	ちーずおむれつ		チーズオムレツ		
	つなとひじきのさらだ		ツナ	にんじん, キャベツ, とうもろこし, きゅうり, ひじき	19.6 g
	とうふとやさいのこんそめすーぷ	油, じゃがいも	ベーコン, あさり, 豆腐	にんじん, 玉葱, とうもろこし, キャベツ, こまつな	
16 水	ごはん	精白米			422 kcal
	あじのなんばんづけ	油, ごま油, 三温糖, すりごま	まあじ	ねぎ, 玉葱, にんにく, しょうが	
	おひたし		ツナ, かつお節	ほうれんそう, キャベツ, にんじん	18.0 g
	ぐだくさんじる	油, こんにゃく, じゃがいも	みそ	にんじん, ごぼう, だいこん, ねぎ	
17 木	にくうどん	地粉うどん	豚肉, なると	しょうが, にんじん, 玉葱, ねぎ, にら, こまつな	515 kcal
	みそぼてと	じゃがいも, 薄力粉, 油, 三温糖	みそ		17.1 g
	ほうれんそうのさらだ		かまぼこ	ほうれんそう, キャベツ, とうもろこし, にんじん	
18 金	ごはん	精白米			423 kcal
	はるさめさらだ	緑豆はるさめ	ハム	きゅうり, りょくとうもやし	
	まーぼーどうふ	油, 三温糖, かたくり粉, ごま油	豚肉, みそ, 豆腐	にんにく, しょうが, 玉葱, にんじん, たけのこ, 椎茸, ねぎ, にら	15.8 g
	めろん			メロン	
21 月	ごはん	精白米			487 kcal
	さばのみそまよねーずやき	ノンエッグマヨネーズ	まさば, みそ, 牛乳	パセリ	
	だいずのいそに	油, こんにゃく, 三温糖	鶏肉, ひじき, 大豆, さつま揚げ	にんじん, さやいんげん	22.4 g
	たまねぎのみそしる	じゃがいも	わかめ, 油揚げ, みそ	にんじん, 玉葱	
22 火	はちみつぱん	はちみつパン			471 kcal
	いたりあんさらだ			ブロッコリー, カリフラワー, キャベツ	15.1 g
	すぱげてぃなぽりたん	油, スパゲッティ	ベーコン	にんにく, 玉葱, にんじん, マッシュルーム, 青ピーマン	
23 水	かれーらいす	精白米, 押麦, 油, じゃがいも	豚肉, 牛乳, チーズ	にんにく, しょうが, にんじん, 玉葱	497 kcal
	さんしょくさらだ		ツナ	ブロッコリー, キャベツ, とうもろこし	17.9 g
	はーとのおむれつ		オムレツ		
24 木	しょうゆらーめん	中華めん	豚肉, なると	しょうが, にんにく, にんじん, りょくとうもやし, ねぎ, チンゲンサイ	489 kcal
	えだまめちーずぱんけーき	ホットケーキミックス	チーズ, 牛乳, ヨーグルト, たまご	えだまめ	19.9 g
	だいこんとじゃこのさらだ	ごま油	ちりめんじゃこ	だいこん, きゅうり, にんじん	
25 金	ごはん	精白米			470 kcal
	ちーずだっかるび	三温糖, ごま, ごま油	鶏肉, みそ, チーズ	にんにく, しょうが, 玉葱	
	びーふんいりやさいいため	油, ビーフン, ごま油	豚肉	しょうが, にんにく, にんじん, キャベツ, 椎茸, にら	25.6 g
	こーんいりかふうすーぷ	油, かたくり粉	ベーコン, たまご	にんじん, 玉葱, とうもろこし, こまつな	
28 月	ごはん	精白米			459 kcal
	おろしはんばーぐ	三温糖	ハンバーグFe	だいこん	
	ぽてとのさっぱりさらだ	じゃがいも	チーズ	ブロッコリー, きゅうり, とうもろこし	17.6 g
	なつふうすーぷ	油, かたくり粉	ベーコン, たまご	玉葱, にんじん, とうもろこし, オクラ, トマト	
29 火	ついすとぱん	ツイストパン			506 kcal
	とりにくとかぼちゃのおれんじに	かたくり粉, 油, 上白糖	鶏肉, 豚肝臓	しょうが, かぼちゃ, オレンジジュース	
	すてぃっくやさい			だいこん, きゅうり	19.4 g
	くらむちゃうだー	油, じゃがいも	ベーコン, あさり, 牛乳	にんじん, 玉葱, キャベツ	
30 水	ごはん	精白米			425 kcal
	かつおのばーべきゅーそーす	かたくり粉, 油, 三温糖	かつお	しょうが	
	やさいいため	油	ベーコン	こまつな, キャベツ, にんじん, とうもろこし	19.0 g
	わかめのみそしる		わかめ, 豆腐, みそ	にんじん, ねぎ	

お知らせ

材料入荷の都合により、多少献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

給食回数・・・２２回