



# 6月ようちえんメニュー

ごはんの前はしっかり手を洗って  
おいしく食べよう！



## げつようび



## かようび

## すいようび

## もくようび

## きんようび

1日

鶏照り焼き  
楯シューマイ  
キャベツとコーンのソテー

カロリー 440kcal  
たんぱく質 14.1g

2日

エビフライ  
野菜入り鶏つくね  
マカロニナポリタン

カロリー 408kcal  
たんぱく質 10.7g

3日

豆乳コッペパン  
さわらのマヨ風焼き  
かぶ茎かまぼこの煮物  
蓮根とベーコンのソテー

カロリー 442kcal  
たんぱく質 18.1g

4日

豚肉の生姜炒め  
ポイルキャベツ  
海の野菜のサラダ

カロリー 422kcal  
たんぱく質 12.5g

5日

オニオンコッペパン  
チキンカレー  
シェルマカロニサラダ  
豆腐ナゲット

カロリー 447kcal  
たんぱく質 9.9g

8日

星のコロッケ  
ミニフランク  
ブロッコリーソテー

カロリー 418kcal  
たんぱく質 10.3g

9日

鰯のゴマ焼き  
チキンナゲット  
中華春雨

カロリー 438kcal  
たんぱく質 18.1g

10日

バーガーパン  
とんかつ  
キャベツのソース炒め  
ツナコーンサラダ

カロリー 414kcal  
たんぱく質 12.7g

11日

ハンバーグおろしソース  
もやしのソテー  
カニカマサラダ

カロリー 385kcal  
たんぱく質 10.4g

14日

チョココッペパン  
かぼちゃのグラタン  
ミニアメリカンドッグ  
人参かまぼこ

カロリー 441kcal  
たんぱく質 9.4g

15日

鶏胡麻焼き  
木の葉しんじょ煮  
インゲンのおかか和え

カロリー 433kcal  
たんぱく質 16.4g

16日

わかめごはん  
富士山コロッケ  
青菜のお浸し  
キャベツと鶏肉のごま煮

カロリー 438kcal  
たんぱく質 11.9g

17日

青割りコッペパン  
ポークチャップ  
ポイルもやし  
コールスローサラダ

カロリー 420kcal  
たんぱく質 12.5g

18日

サバ塩焼き  
ホタテ風フライ  
焼きそば

カロリー 421kcal  
たんぱく質 14.4g

19日

バーガーパン  
豚肉コロッケ  
野菜の胡麻炒め  
シーフードサラダ

カロリー 421kcal  
たんぱく質 10.7g

22日

青ヒラスの磯辺焼き  
スマイルポテト  
金平ごぼう

カロリー 428kcal  
たんぱく質 13.8g

23日

揚げギョーザ  
ポテトサラダ  
パイン缶

カロリー 465kcal  
たんぱく質 11.5g

24日

パインコッペパン  
鶏の唐揚げ  
ハートかまぼこ  
焼きビーフン

カロリー 438kcal  
たんぱく質 15.4g

25日

キーマカレー  
大根サラダ  
みかん缶

カロリー 381kcal  
たんぱく質 9.3g

28日

黒砂糖コッペパン  
サバの西京漬け竜田  
花形豆腐かまぼこ  
もやしのソテー

カロリー 423kcal  
たんぱく質 11.5g

29日

ハンバーグマトソース  
フライドポテト  
ひじきの炒り煮

カロリー 437kcal  
たんぱく質 9.7g

30日

チキンカツ  
ブロッコリーの胡麻和え  
筑前煮

カロリー 430kcal  
たんぱく質 12.4g



★材料の入荷の都合により、一部献立を変更する場合がございますので、ご了承ください。  
★食品衛生の為、お弁当は風通しの良い涼しい場所で保管し、お早めにお召上がり下さい。  
★魚料理は骨抜きしておりますが、万一の事を考え召し上がるよう、ご指導ください。  
★お届けするお弁当容器は、写真と異なる場合がございます。

給食センターからのお願いです。

お使いになられる箸・スプーン・フォークには記名をお願い致します。  
スペースがございましたら幼稚園名もご記入いただけますと  
迷子の際お戻ししやすくなります。ご協力お願い致します。



●お問い合わせ●

協同組合 多摩給食センター

羽村市神明台2-5-36  
TEL 042-554-1002

設立・編集 管理栄養士 小林  
FAX 042-554-1213





# 7月ようちえんメニュー

モリモリたくさん食べて  
暑さなんて吹き飛ばそう！



げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび



1日



チョコッパン  
かぼちゃのグラタン  
カラフルウイナー  
かぶ型かまぼこの煮物

カロリー- 485kcal  
たんぱく質 11.7g

2日



さわらごま照り焼き  
スマイルポテト  
青菜のソテー

カロリー- 450kcal  
たんぱく質 18.3g

3日



パインコッパン  
七夕星のハンバーグ  
パスタソテー  
青梗菜と鶏肉のナムル

カロリー- 439kcal  
たんぱく質 14.3g

6日



エビフライ  
野菜入り鶏つくね  
肉野菜炒め

カロリー- 423kcal  
たんぱく質 10.7g

7日



星のコロッケ  
フランクケチャップ煮  
インゲンの胡麻和え

カロリー- 428kcal  
たんぱく質 8.1g

8日



オニオンコッパン  
チキンカレー  
ツナサラダ  
パイン缶

カロリー- 420kcal  
たんぱく質 10.7g

9日



わかめごはん  
イカフライ  
ポークシューマイ  
もやしのおか和え

カロリー- 425kcal  
たんぱく質 12.8g

12日



背割りコッパン  
鶏の唐揚げ  
花形豆腐かまぼこ  
焼きピーマン

カロリー- 425kcal  
たんぱく質 12.4g

13日



ポーク焼き肉  
ポイルキャベツ  
大根サラダ

カロリー- 445kcal  
たんぱく質 12.9g

14日



青ヒラスの甘みそ焼き  
ミニアメリカンドック  
青菜のソース炒め

カロリー- 436kcal  
たんぱく質 13.1g

15日



富士山コロッケ  
切干大根ソテー  
チキンサラダ

カロリー- 427kcal  
たんぱく質 10.0g

16日



鶏のごま照り焼き  
人参かまぼこ煮  
レンコンと青菜のナムル

カロリー- 430kcal  
たんぱく質 15.2g

18日



サバ塩焼き  
野菜入りシューマイ  
金平ごぼう

カロリー- 449kcal  
たんぱく質 15.0g

20日



チキンカツ  
焼きそば  
青菜のシラス和え

カロリー- 410kcal  
たんぱく質 10.8g

21日



ハンバーグトマトソース  
フライドポテト  
カリフラワーサラダ

カロリー- 436kcal  
たんぱく質 10.5g

海の日



スポーツの日



19日



豚肉コロッケ  
キャベツソテー  
ひじきツナのサラダ

カロリー- 439kcal  
たんぱく質 9.2g

27日



鯨の磯辺焼き  
ホタテ風味フライ  
ブロッコリーのきり大豆和え

カロリー- 405kcal  
たんぱく質 17.1g

28日



シーフードカレー  
シエルマカロニサラダ  
チキンナゲット

カロリー- 445kcal  
たんぱく質 14.9g

29日



豚肉の生姜炒め  
ポイルもやし  
海の野菜のサラダ

カロリー- 418kcal  
たんぱく質 13.3g

30日



鶏の唐揚げ  
赤かぶ型かまぼこの煮物  
野菜の胡麻和え

カロリー- 427kcal  
たんぱく質 13.2g

ほっけ照り焼き  
スマイルポテト  
インゲン甘みそ和え

カロリー- 408kcal  
たんぱく質 13.2g

3日



とんかつ  
マカロニポリタン  
海鮮和え

カロリー- 430kcal  
たんぱく質 16.9g

4日



鶏肉と夏野菜の中華炒め  
青菜の磯辺和え  
揚げキョウザ

カロリー- 437kcal  
たんぱく質 13.3g

5日



ドーナツコロッケ  
焼きハム  
焼きそば

カロリー- 453kcal  
たんぱく質 11.4g

8日



鶏肉バーベキューソース焼  
豆腐のナゲット  
中華春雨

カロリー- 457kcal  
たんぱく質 11.6g

★材料の入荷の都合により、一部献立を変更する場合がございますので、ご了承ください。  
★食品衛生の為、お弁当は風通しの良い涼しい場所で保管し、お早めにお召し上がり下さい。  
★魚料理は骨抜きしておりますが、万一の事を考え召し上がるよう、ご指導ください。  
★お届けするお弁当容器は、写真と異なる場合がございます。

給食センターからのお願いです。

お使いになられる箸・スプーン・フォークには記名をお願い致します。  
スペースがございましたら幼稚園名もご記入いただけますと  
迷子の際戻ししやすくなります。ご協力お願い致します。



●お問い合わせ先●

協同組合 多摩給食センター

羽村市神明台2-5-36  
TEL 042-554-1002

献立・編集 管理栄養士 小林  
FAX 042-554-1213