6 月 の 献 立

	献立名（材料名）	アレルギー代替食・栄養価 ※玉：たまごアレルギー ・ 乳：牛乳・乳製品アレルギー		使用調味料等			
6/1（月） 預かりのみ ごはん給食	五目麻婆豆腐（豆腐、豚肉、玉ねぎ、人参、青ねぎ、生姜、ニンニク） いかリングフライ　グリーンリーフ 海藻サラダ（海藻ミックス、コーン、きゅうり、ごま醤油ドレッシング） パイン缶	いかリングフライ → いかフライ エネルギー： 382kcal ／ たんぱく質： 10.2g ／ 脂質： 8.5g	玉	醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ ○ ○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○ ○
6/2（火） 預かりのみ ごはん給食	チキンナゲット　ケチャップ　グリンリーフ きのこスパゲティ（スパゲディ、ベーコン、しめじ、玉ねぎ、ほうれん草） そぼろ煮（子芋、こんにゃく、鶏ミンチ、いんげん） 煮付け（厚揚げ）　りんご缶	チキンナゲット → 鶏の唐揚 きのこスパゲティ → ベーコン抜き エネルギー： 453kcal ／ たんぱく質： 10.9g ／ 脂質： 16.8g	玉 玉	醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ ○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	
6/3（水） 預かりのみ ごはん給食	天ぷら　かき揚げ　グリンリーフ 炒め煮（ひじき、厚揚げ、人参、竹輪、枝豆） 甘酢和え（大根、人参、きゅうり） みかん缶	天ぷら → 白身魚フリッター エネルギー： 387kcal ／ たんぱく質： 8.3g ／ 脂質： 10.5g	玉	醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	
6/4（木） 預かりのみ ごはん給食	八宝菜（豚肉、白菜、玉ねぎ、人参、きくらげ えび、いか、たけのこ）　春巻 わかめ豆（大豆、わかめ） 煮付（さつま揚げ、オクラ） 白桃缶	エネルギー： 420kcal ／ たんぱく質： 15.9g ／ 脂質： 10.8g		醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ ○	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
6/5（金） 預かりのみ ごはん給食	コーンクリームフライ　ハッシュドポテト　グリンリーフ 炒り卵(たまご、グリンピース) すき風煮(鶏こま、たまねぎ、糸こんにゃく) さつまあげの煮付　パイン缶	コーンクリームフライ → コーンコロッケ 炒り卵 → ケチャップスパゲティ さつまあげの煮付け → アレルギー用さつまあげ エネルギー： 429kcal ／ たんぱく質： 11g ／ 脂質： 13.1g	乳 玉 玉	醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	
6/8（月） 年長・預かりのみ ごはん給食	チキン南蛮　キャベツ　タルタルソース 五目豆（大豆、大根、人参、竹輪、昆布） 煮付（ごぼう天） みかん缶	チキン南蛮 → 鶏の唐揚げ タルタルソース → アレルギー用マヨネーズ ごぼう天 → アレルギー用さつまあげ エネルギー： 460kcal ／ たんぱく質： 10.1g ／ 脂質： 19.7g	玉 玉 玉	醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ ○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	
6/9（火） 年長・預かりのみ ごはん給食	牛肉のしぐれ煮（牛肉、玉ねぎ、糸こんにゃく） 煮付け（なす、がんも） カレーコロッケ レモンサラダ（キャベツ、きゅうり、ソフトサラミ、レモン果汁） 白桃缶	エネルギー： 443kcal ／ たんぱく質： 11.1g ／ 脂質： 16.4g		醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	
6/10（水） 年長・預かりのみ ごはん給食	帆立風味カツ　グリンリーフ ミートポテト(じゃが芋、ミートソース) 甘辛煮（豚肉、ごぼう、にんじん、こんにゃく、白ごま） お浸し（小松菜、花かつお） りんご缶	エネルギー： 406kcal ／ たんぱく質： 9.6g ／ 脂質： 9.8g		醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
6/11（木） 年長・預かりのみ ごはん給食	さわらの西京焼き　枝豆 ひじき豆（ひじき、大豆、人参、うすあげ） ハッシュドビーフフライ おかか和え（おくら、かつおぶし） パイン缶	エネルギー： 416kcal ／ たんぱく質： 13.8g ／ 脂質： 12.1g		醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	
6/12（金） 年長・預かりのみ ごはん給食	だし巻　ごま和え（いんげん、白ごま） 筑前煮（鶏肉、こんにゃく、ごぼう、枝豆、にんじん） えびグラタンフライ　グリンリーフ みかん缶	だし巻 → 焼売 えびグラタンフライ → 白身魚フライ エネルギー： 397kcal ／ たんぱく質： 9.8g ／ 脂質： 12.3g	玉 乳	醤油 マヨネーズ ケチャップ ソース	○ ○	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	○ ○

（有） 内田フーヅ　宝塚市金井町4-18
TEL 0797(81)4044 FAX 0797(81)4008

	献立名（材料名）	アレルギー代替食・栄養価 ※玉：たまごアレルギー ・ 乳：牛乳・乳製品アレルギー		使用調味料等			
6/15（月） 年長・預かりのみ ごはん給食	鱈の竜田揚(たら、おろし生姜、片栗粉、厚揚げ、がん天) 春雨サラダ(春雨、ハム、きゅうり) チーズポテト(じゃが芋、チーズ、ドライパセリ) パイン缶	チーズポテト → チーズ抜き がん天 → アレルギー用さつまあげ 春雨サラダ → ハム抜き エネルギー： 396kcal ／ たんぱく質： 12.6g ／ 脂質： 10.1g	乳 玉 玉	醤油 ○ ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	和風だし 中華だし コンソメ ごま油		
6/16（火） 年長・預かりのみ ごはん給食	タンドリーチキン(鶏もも肉、唐揚の漬けだれ、カレー粉、ガーリック、片栗粉、ドライパセリ、レッドパプリカ) パスタサラダ(マカロニ、レタス、きゅうり、紫キャベツ、フレンチドレッシング赤) 煮浸し(白菜、にんじん、うすあげ)　パイン缶	パスタサラダ → アレルギー用ドレッシング エネルギー： 457kcal ／ たんぱく質： 13.2g ／ 脂質： 15.8g	玉	醤油 ○ ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	和風だし 中華だし コンソメ ごま油		
6/17（水） 年長・預かりのみ ごはん給食	豚肉の生姜焼(豚肉、玉ねぎ、おろし生姜) 五目豆(大豆、大根、こんにゃく、にんじん、枝豆、昆布) 甘辛煮(さつま芋、竹輪)　グリンリーフ たまごロール 白桃缶	たまごロール → 揚げ餃子 エネルギー： 404kcal ／ たんぱく質： 13.7g ／ 脂質： 11.2g	玉	醤油 ○ ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	和風だし 中華だし コンソメ ごま油		
6/18（木） 年長・預かりのみ ごはん給食	えびマヨフライ　グリンリーフ 野菜炒め（もやし、玉ねぎ、青ねぎ、人参） 棒々鶏（鶏むね肉、きゅうり、ごまドレッシング） ゆで玉子　みかん缶	えびマヨフライ → アレルギー用フライ ゆで玉子 → 皮なしウインナー 棒々鶏 → アレルギー用ドレッシング エネルギー： 404kcal ／ たんぱく質： 11.5g ／ 脂質： 13g	玉 玉 玉	醤油 ○ ﾏﾖﾈｰｽﾞ ○ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	和風だし 中華だし コンソメ ごま油		
6/22（月） 年長・預かりのみ ごはん給食	さば照焼　煮付（こんにゃく、さつまあげ） 五目煮（切干大根、ひじき、にんじん、うすあげ、大根葉） メンチカツ サラダ（レタス、きゅうり、紫キャベツ、赤フレンチドレッシング）　パイン缶	サラダ → アレルギー用ドレッシング エネルギー： 400kcal ／ たんぱく質： 12.5g ／ 脂質： 11.6g	玉	醤油 ○ ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	和風だし 中華だし コンソメ ごま油		
6/23（火） 年長・預かりのみ ごはん給食	チキンカツ　グリーンリーフ ジャーマンポテト（じゃが芋、ベーコン、コーン、パセリ） 炒め煮（ひじき、油揚げ、人参、竹輪、枝豆） がんも　南瓜　白桃缶	ジャーマンポテト → ベーコン抜き エネルギー： 401kcal ／ たんぱく質： 8.9g ／ 脂質： 11.9g	玉	醤油 ○ ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ○ ソース	和風だし 中華だし コンソメ ごま油		
6/25（木） 年長・預かりのみ ごはん給食	豆腐ハンバーグ　いんげん豆 甘辛煮(豚肉、たけのこ、にんじん、こんにゃく、白ごま) レモンサラダ(キャベツ、きゅうり、コーン、ハム、レモン果汁) 揚げ餃子　かまぼこ りんご缶	豆腐ハンバーグ → アレルギー用ハンバーグ レモンサラダ → ハム抜き エネルギー： 402kcal ／ たんぱく質： 11.3g ／ 脂質： 11.9g	玉 玉	醤油 ○ ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	和風だし 中華だし コンソメ ごま油		
6/26（金） 年長・預かりのみ ごはん給食	オムレツ・トマトソース ソテー（マカロニ、ドライパセリ） ごぼうサラダ 含め煮（大根、うすあげ） パイン缶	オムレツ → ハンバーグ ごぼうサラダ → アレルギー用サラダ エネルギー： 435kcal ／ たんぱく質： 8g ／ 脂質： 13.5g	玉 玉	醤油 ○ ﾏﾖﾈｰｽﾞ ○ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	和風だし 中華だし コンソメ ごま油		
6/29（月） 年長・預かりのみ ごはん給食	冷しゃぶサラダ（豚肉、きゅうり、紫キャベツ、レタス、ごまドレッシング） きんぴらごぼう(ごぼう、にんじん、こんにゃく) コーンコロッケ 煮付(がんもどき、じゃが芋) りんご缶	冷しゃぶサラダ → アレルギー用ドレッシング エネルギー： 436kcal ／ たんぱく質： 10.6g ／ 脂質： 14.7g	玉	醤油 ○ ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	和風だし 中華だし コンソメ ごま油 ○		
6/30（火） 年長・預かりのみ ごはん給食	えびフライ　フライドポテト スパゲティ(ほうれん草、玉ねぎ、スパゲティ) 煮付（厚揚げ、南瓜） ごま和え(いんげん、白ごま) 白桃缶	エネルギー： 426kcal ／ たんぱく質： 9.5g ／ 脂質： 10.6g		醤油 ○ ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ○ ソース	和風だし 中華だし コンソメ ごま油 ○		

（有） 内田フーヅ　宝塚市金井町4-18
TEL 0797(81)4044 FAX 0797(81)4008