

2024年度 6月 夕 食 予 定 献 立 表 戸塚愛児園

日付	献立	エネルギー たんぱく質	材 料 名		
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
04 火	ごはん 鶏肉の磯辺煮 キャベツの甘酢和え じゃが芋の味噌汁	352.2(281.8) 14.9(11.9)	米、じゃがいも、砂糖	鶏もも肉、米みそ	キャベツ、にんじん、たまねぎ、 あおのり
06 木	豚そぼろ丼 きゅうりとわかめの酢の物 豆腐と玉ねぎの味噌汁	339.5(271.6) 14.8(11.8)	米、砂糖、ごま	豚ひき肉、絹ごし豆腐、米みそ	きゅうり、にんじん、たまねぎ、 カットわかめ、しょうが
11 火	ごはん 鶏肉の生姜煮 ポテトサラダ きこの味噌汁	384.5(307.6) 15.4(12.3)	米、じゃがいも、マヨネーズ	鶏もも肉、米みそ	きゅうり、えのきたけ、にんじん、 しめじ、しょうが
13 木	カレーライス きゅうりとコーンのサラダ 豆腐のスープ	351.4(281.1) 10.0(8.0)	米、じゃがいも、油、砂糖	絹ごし豆腐、豚肩ロース肉、カ レールウ	たまねぎ、きゅうり、にんじん、 コーン
18 火	チキンライス キュービックサラダ わかめのスープ	318.1(254.5) 10.2(8.2)	米、油、砂糖	鶏もも肉、チーズ	たまねぎ、にんじん、きゅうり、 カットわかめ
20 木	ごはん 味噌漬け豚肉のソテー じゃが芋の甘煮 えのきの味噌汁	364.6(292.3) 14.0(11.2)	米、じゃがいも、砂糖	豚肩ロース肉、米みそ	たまねぎ、えのきたけ、にんじん
25 火	豚丼 ポテトサラダ お麴の味噌汁	417.9(334.3) 15.9(12.8)	米、じゃがいも、マヨネーズ、砂 糖、焼ふ	豚肩ロース肉、米みそ	たまねぎ、きゅうり、にんじん
27 木	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツの塩昆布和え しめじの味噌汁	326.4(261.1) 13.5(10.8)	米	豚肩ロース肉、米みそ	キャベツ、たまねぎ、しめじ、に んじん、しょうが、塩こんぶ