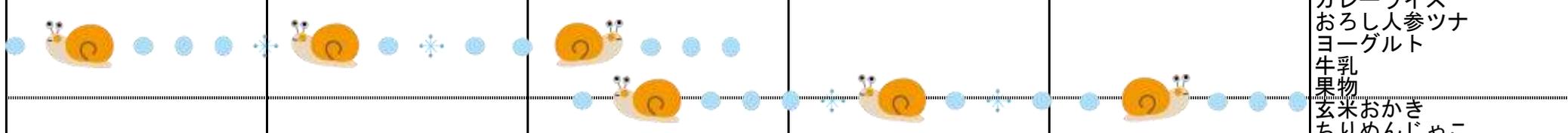


# 給食メニュー 2024年6月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
2024.06.01					
					
2024.06.03		2024.06.04		2024.06.08	
ごはん 味噌汁(豆腐・ねぎ・わかめ) 魚の照り焼き 切り干し大根の煮物 コーン納豆 サラダチキン きゅうりスティック	梅おかかごはん 味噌汁(あおさ・じゃが芋・ごま) 魚のゴマ味噌がけ かぼちゃ胡麻和え パナナヨーグルト	雑穀ごはん 味噌汁(豆腐・キャベツ・ごま) 魚のオレンジソース ラタトゥイユ 果物 お誕生日ケーキ	ごはん 味噌汁(さつまいも・玉ねぎ・ごま) 鶏肉の梅味噌煮 ニラもやし重ね蒸し しらす海苔納豆 大学芋 ちりめんじゃこ	梅おかかごはん 鶏ひき肉のにらスープ 魚の塩麹焼き きゅうりスティック梅肉添え 金時豆 玄米おかき ブルーン	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2024.06.10		2024.06.11		2024.06.15	
ごはん 味噌汁(わかめ・玉ねぎ・ごま) 鶏肉のおろし煮 人参胡麻サラダ しらす海苔納豆 よもぎ水ようかん ちりめんじゃこ	鶏ひじきませごはん 味噌汁(さつまいも・玉ねぎ・わかめ) 魚の塩麹焼き トマト みかんヨーグルト レーズン	雑穀ごはん ザワークラウトスープ 魚のカレムニエル 青のり粉ふき芋 果物 米粉かぼちゃケーキ 牛乳	ごはん 味噌汁(キャベツ・えのき・ごま) 魚の煮つけ かぼちゃのそぼろ煮 トマト納豆 ワインとザワークラウト炒め	梅おかかごはん 味噌汁(あおさ・じゃが芋・ごま) 魚と野菜塩麹蒸し ソーセージコロコロソテー 玄米ゴマせんべい レーズン	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ほん煎餅 ちりめんじゃこ
2024.06.17		2024.06.18		2024.06.22	
ごはん 味噌汁(もずく・えのき・ごま) 魚の醤油麹焼き バンバンジー 梅おかか納豆 わかめうどん	梅おかかごはん 味噌汁(もずく・えのき・ごま) 魚のしょうが煮 ワカメとツナの炒め物 きな粉ヨーグルト 果物	雑穀ごはん 味噌汁(豆腐・玉ねぎ・あおさ) 塩麹ニラレバ 大豆のカレー炒め トマト ヨーグルトフルーツ寒天	ごはん 味噌汁(さつまいも・厚揚げ・ごま) 魚の塩麹トマトソース ピーマンと鶏肉の甘酢炒め コーン納豆 大豆チーズ焼き 果物	ごはん 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ・ごま) 魚の煮つけ トマトとわかめのサラダ 梅おかか納豆 玄米ほん煎餅 ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2024.06.24		2024.06.25		2024.06.29	
ごはん 味噌汁(なす・油揚げ・ごま) 魚とアスパラの梅風味 トマト おくら納豆 寒天人参オレンジゼリー レーズン	ごはん 味噌汁(さつまいも・厚揚げ・ごま) 魚のゴマ味噌がけ もずくときゅうりの酢の物 しらす みかんヨーグルト	雑穀ごはん 豆とキャベツのスープ カレー肉豆腐 人参しりしり 果物 かぼちゃパン ブルーン	ごはん 味噌汁(キャベツ・えのき・ごま) 魚の味噌煮 蒸しカボチャ わかめ納豆 米粉の和風ケーキ 牛乳	ツナ大豆ごはん 味噌汁(豆腐・玉ねぎ・あおさ) 豚じゃがよもぎ風味 しらすきゅうりポン酢 焼塩せんべい	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ

<今月の予定>

6月7日(金) 食育「梅干し」…夏バテ予防になる梅干しについてお話します。梅干しのスッパイには元気になるパワーがいっぱい。

疲労回復・免疫力アップ・食欲増進など期待できる効果がたくさんです。

6月21日(金) お料理「梅おかか納豆」…材料を混ぜて、子ども達が大好きな納豆メニューをつくりまます。



\*献立内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。