

## 6月予定献立表

まつばら保育園

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
ごはん かりかりチキンの葱ソース わかめのみそ汁 五色和え	みそうどん 鶏ささみの梅肉和え ヨーグルト	ごはん 鮭のコーンマヨ 玉葱のみそ汁 五目きんぴら	ごはん ひじき豆腐バーグ 豚肉ともやしの中華スープ カムカムサラダ	ごはん 鶏のごまがらめ 高野豆腐のみそ汁 レタスサラダ	ごはん 清蒸魚 南瓜のみそ汁 小松菜の煮びたし
ツナパン	天むす風おにぎり	チーズ蒸しパン	じゃこトースト	ヨーグルトパナコッタ	甘食
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
わかめごはん 肉じゃが 厚揚げのみそ汁 もやしのナムル	たらこスパゲティ ポトフ しゃぶしゃぶサラダ	ごはん 鮭の香草パン粉焼き スナップえんどうのみそ汁 わかめ酢の物	ごはん ポークビーンズ ジュリエンスープ こぎつねサラダ	ごはん 白身魚の磯辺焼き 豆腐のみそ汁 切干大根煮	親子丼 なめこのみそ汁 さつま芋サラダ
野菜ジュース蒸しパン	スティックメロンパン	ごまチーズホットケーキ	ピアゼリー	マサラダ	黒糖まんじゅう
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
ごはん スタミナ焼肉 ふわふわスープ チョレギサラダ	納豆うどん カレーの唐揚げ ほうれん草のナムル	ごはん 鶏肉のカレーマヨ 根菜のみそ汁 梅ドレッシングサラダ	ごはん 鮭のみそチーズ焼き さつま芋のコンソメスープ ひじきサラダ	<b>ナシゴレン</b> 春雨スープ ガドガドサラダ	ごはん ぎせい豆腐 切干大根のみそ汁 ごぼうサラダ
ピザトースト	甘辛そぼろおにぎり	ココアミルクもち	オレオ風味のパウンドケーキ	あじさいゼリー	じゃがいものスコーン
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
ごはん 豚肉のさっぱり焼き 中華コーンスープ 海藻サラダ	ツナとトマトのスパゲティ きゃべつのチキンスープ 焼き豚サラダ	ごはん 白身魚の梅みそ焼き すまし汁 五目大豆煮	ごはん さらさ蒸し 車麩のオニオンスープ 春雨サラダ	バターライス バターチキンカレー カラフルスープ ポテトサラダ	ごはん ししゃも香味揚げ ニラたっぷり豚汁 もやしサラダ
クラスク	五平もち	プチパン	<b>お誕生日スイーツ</b>	フルーツヨーグルト	お好み焼き風蒸しパン
29日(月)	30日(火)	※ 献立内の <b>ピンクの文字</b> はお誕生会スイーツの日になります。			
枝豆じゃこごはん 鶏手羽先の甘辛煮 ふのりのみそ汁 ぼりぼりサラダ	カレーうどん ワンタンのパリパリサラダ 煮豆	<div style="border: 2px dashed blue; padding: 10px;"> <p>インドネシアとは、「東インドの島々」という意味があり、およそ9,000以上の島に人が住み、約300の民族がいる多民族国家になります。(主な島：ジャワ島、スマトラ島、ボルネオ島、バリ島など)</p> </div>			
ミルククラスク	鮭わかめおにぎり				

## 19日(火) 世界の料理

## インドネシア共和国



インドネシアの国民食「**ナシゴレン**」の「ナシ」は「ごはん」、「ゴレン」は「油で揚げる、炒める」という意味があり「焼き飯料理」になります。甘い、辛い、塩辛いなど、一皿の中にいろいろな味がする料理です。

