




# 6月 献立カレンダー



ホリコトインターナショナルスクール

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
	6月8日	6月9日	6月10日	6月11日	6月12日
昼食		ポークカレー ミニバーグ 杏仁フルーツ	鶏の唐揚げ 筍の金平 ブロッコリーの生姜和え	野菜と豚肉の味噌炒め ジャガイモのひじき煮 チンゲン菜のナムル	あじ柚子風味焼き ビーファンと野菜の炒め煮風 ポテトサラダ
栄養価		kcal 114	kcal 81	kcal 117	kcal 84
	6月15日	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日
昼食		ミートローフ がんも煮 なます	秋鮭塩焼き 春雨と豚肉の炒め煮 菜の花のお浸し	サラダうどん 根菜のごった煮 フルーツ（みかん缶）	ふわふわ玉子のオムライス風 かぼちゃサラダ いちごジャムヨーグルト
栄養価		kcal 113	kcal 79	kcal 211	kcal 139
	6月22日	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日
昼食		カレイ味噌焼き 大豆五目煮 チンゲン菜の彩り和え	焼きとり丼 ごぼうサラダ フルーツみつ豆	香味おろしトンカツ うの花 若芽と卵のおかか和え	赤魚粕漬け焼き さつま芋のレーズン煮 マカロニサラダ
栄養価		kcal 71	kcal 134	kcal 146	kcal 132
	6月29日	6月30日			
昼食		夏越しご飯 塩ダレチキン チンゲン菜のカニカマ和え フルーツ（白桃缶）			
栄養価		kcal 142	kcal		kcal

※Kcalにはごはんは含まれていません。表示kcalに2歳～3歳児約135Kcal、4歳～約168kcalをプラスしてください。

※都合により、献立を変更する場合があります。