

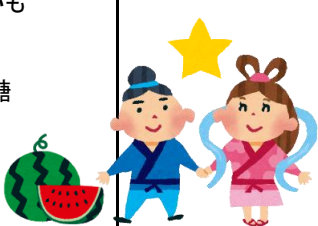



メニュー表



2024年07月

象山幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		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				
1日 (月)	ご飯 赤魚の煮付け 肉味噌ポテト キャロットサラダ	精白米 三温糖 じゃがいも 片栗粉 ごまドレッシング きび砂糖	赤魚 豚肉 鶏肉 味噌 ロースハム	グリーンピース にんじん きゅうり	327	14.3	5.3	0.6
3日 (水)	ご飯 鶏肉のハーブキューソース焼き 野菜入り玉子焼き キャベツのサラダ	精白米 きび砂糖 油 酢	鶏肉 卵	トマトケチャップ にんじん ほうれん草 キャベツ いんげん	397	17.3	13.7	0.9
4日 (木)	ピラフ 照り焼き肉団子 もやしのサラダ わかめスープ	精白米 カレー 片栗粉 めんつゆ	鶏肉 豚肉 わかめ	たまねぎ にんじん ホールコーン いんげん トマトケチャップ もやし きゅうり	325	12.2	6.5	1.1
5日 (金)	夏野菜カレーライス ブロッコリーと人参のお星さまサラダ 季節の果物【すいか】	精白米 じゃがいも カレー 油 きび砂糖 マヨレ	豚肉	たまねぎ にんじん なす ホールコーン パプリカ ブロッコリー すいか	452	10.6	10.9	1.2
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">♪たなばたメニュー</div> 								
8日 (月)	ご飯 焼肉風炒め 春雨サラダ オレンジ	精白米 三温糖 はるさめ きび砂糖 酢 ごま油	豚肉 味噌	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり オレンジ	412	14.2	13.0	0.7
9日 (火)	冷やしきつねうどん トンカツ 野菜とツナのサラダ	うどん めんつゆ パン粉 油 マヨレ アマニ油	油揚げ かまぼこ わかめ 豚肉 ツナ	キャベツ にんじん ブロッコリー	312	11.4	8.9	1.7
10日 (水)	ご飯 鶏肉の白味噌焼き 人参しりしり きゅうりのおかか和え	精白米 三温糖 ごま油 めんつゆ	鶏肉 味噌 卵 かつお節	にんじん きゅうり	349	15.1	9.6	0.7
12日 (金)	とうもろこしご飯 さばの塩焼き 高野豆腐と野菜の煮物 キャベツとトマトのサラダ	精白米 三温糖 きび砂糖 油 酢	さば 高野豆腐	とうもろこし にんじん たまねぎ いんげん キャベツ きゅうり トマト	337	15.0	9.3	0.9
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">♪旬の食材「とうもろこし」メニュー♪</div> 								
17日 (水)	ご飯 豚肉の生姜炒め 彩りサラダ 味噌汁(豆腐・わかめ)	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 ごまドレッシング	豚肉 豆腐 わかめ 味噌	たまねぎ にんじん しょうが キャベツ ブロッコリー パプリカ	391	14.7	13.1	1.1
18日 (木)	ご飯 鶏肉の唐揚げ ひじきの煮付け おかあさん先生の味噌汁 (玉ねぎ・キャベツ)	精白米 片栗粉 油 三温糖	鶏肉 ひじき 味噌	しょうが にんにく にんじん グリーンピース たまねぎ キャベツ	409	16.0	14.2	1.1

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		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				
19日 (金)	中華飯 青のりポテト オレンジ	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 じゃがいも 油	豚肉 青のり	キャベツ にんじん たまねぎ ホールコーン オレンジ	420	11.6	9.5	1.1
22日 (月)	ぞうやまカレー コールスローサラダ マスカットゼリー 	精白米 じゃがいも カレー マヨレ きび砂糖 アマニ油 マスカットゼリー	豚肉 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">ぞうやまカレー♪</div>	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	465	9.8	14.0	1.3

1学期の給食は22日が最後です。 25日以降のメニューにつきましては、保育園部及び幼稚園部で夏休み中の給食注文を希望した方のみへの提供になります。

25日 (木)	ご飯 白身魚フライ 鶏レバーの甘辛煮 野菜とマカロニのサラダ 味噌汁(油揚げ・玉ねぎ)	精白米 パン粉 油 マカロニ マヨレ	たら 鶏肉 油揚げ 味噌	キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ	407	14.1	11.7	1.1	
26日 (金)	焼きそば 甘芋 オレンジ	中華めん 三温糖 さつまいも 油 きび砂糖	豚肉	キャベツ にんじん オレンジ	335	10.4	9.4	1.0	
29日 (月)	ご飯 メンチカツ 金平にんじん チーズ入りサラダ	精白米 パン粉 三温糖 ごま ごま油 マヨレ きび砂糖 酢	鶏肉 豚肉 油揚げ チーズ	たまねぎ にんじん だいこん キャベツ ブロッコリー	402	11.2	14.3	0.9	
30日 (火)	ご飯 回鍋肉 南瓜の煮付け スティックきゅうり	精白米 三温糖 片栗粉 マヨレ	豚肉 味噌	にんじん キャベツ かぼちゃ きゅうり 	432	15.0	14.4	0.6	
31日 (水)	麻婆なす丼 もやしの和え物 オレンジ 	精白米 油 三温糖 片栗粉 ごま油 めんつゆ	豚肉 味噌	なす にんじん しょうが にんにく もやし きゅうり オレンジ	341	9.1	4.9	0.8	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">♪旬の食材「なす」メニュー♪</div>					平均	383	13.0	10.7	1.0

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。

- ※ お弁当の日: 7月2日(火)・11日(木)は全員お弁当持参になります。お弁当の準備をお願いします。
- ※ ぞうやまカレー: 7月22日(月)はぞうやまカレー作りの日です。年中・年長児は野菜の皮むき等のお手伝いをしますのでエプロン・三角巾を持たせてください。
- ※ 7月23日(火)は11時降園になります。ぞうさん教室(預かり保育)を利用する方はお弁当の用意をお願いします。
- ※ 7月25日以降の給食は、保育園部と夏休み中のぞうさん教室利用で給食の注文をする方のみになります。

