



7月 献立表



平成29年

浄光寺幼稚園

日	曜	献立名	あか	きいろ	みどり	その他
		昼食	体をつくる 血や肉になる	かや体温のもとになる	体の調子を整える	
7	金	【小暑】 七夕そうめん 天ぷら(えび・かぼちゃ) 小松菜のお浸し バナナ 麦茶	油揚げ えび かつお節	そうめん 薄力粉 片栗粉 油	オクラ きゅうり 人参 長ねぎ 南瓜 小松菜 バナナ	だし醤油 こいくちしょうゆ 塩 水 麦茶
10	月	ケチャップライス レタスペーコンスープ おかかマヨサラダ とうもろこし 麦茶	鶏肉 ベーコン かつお節	米 バター マヨネーズ	玉ねぎ レタス コーン 大根 きゅうり 人参 とうもろこし	水 塩 チキンスープの素 トマトケチャップ こいくちしょうゆ 麦茶
12	水	野菜パン スープ ハンバーグ 付け合せ ・ほうれん草バターソテー ・人参とコーンのグラッセ バナナ 麦茶	豚肉 ベーコン	野菜パン バター パン粉 砂糖 油	レタス トマト パセリ 玉ねぎ ほうれん草 人参 コーン	水 塩 チキンスープの素 トマトケチャップ ソース 麦茶
14	金	ご飯 夏野菜ハヤシ 野菜スティック チーズ 麦茶	豚肉 味噌 チーズ	米 じゃが芋 油	玉ねぎ なす 人参 トマト しめじ 大根 きゅうり	水 ハヤシルー 麦茶
19	水	冷やし中華 ワンタンわかめスープ ジャーマンサラダ 麦茶	鶏卵 鶏肉 ウインナー	中華麺 油 ごま ごま油 砂糖 ワンタン じゃが芋	きゅうり わかめ 長ねぎ トマト 平しいたけ 玉ねぎ パセリ	穀物酢 こいくちしょうゆ 水 チキンスープの素 塩 麦茶

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児	目標量	429	15	12.4	100	1.3
	平均量	457	15.5	13.6	94	1.6

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。

発行:株式会社ミールケア

《7月10日 メニューイメージ》
夏のお野菜、とうもろこしを蒸かして食べたいと思います。
年長組さんには一緒に皮むき体験もしてもらいますの
よろしくお願ひします。



《7月19日 メニューイメージ》
暑い夏には冷たい食べ物が欲しくなります。
1学期最後の給食に冷やし中華を
取りいれてみました。
甘酸っぱいたれを作りますので、
たくさん食べてくださいね。

