



7月 献立表



平成28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	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
7 木	サラダ風ちらし寿司 わかめスープ 鶏肉の照り焼き お星様クッキー 麦茶	ツナ 鶏肉 鶏卵	米 三温糖 薄力粉 バター	きゅうり 人参 レタス 焼きのり わかめ 玉ねぎ 万能ねぎ	水 穀物酢 食塩 こいくちしょうゆ コンソメ だし醤油 みりん風調味料 麦茶
11 月	玄米入りご飯 味噌汁 チキンミートボール 切干大根の和え物 メロン 麦茶	味噌 鶏肉 木綿豆腐 牛乳	米 玄米 パン粉 片栗粉 三温糖 ごま	昆布 干しいたけ なす えのき茸 長ねぎ ひじき 玉ねぎ パセリ 切干大根 小松菜 人参 メロン	水 食塩 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ 麦茶
14 木	ご飯 味噌汁 あじの竜田揚げ きゅうりのコロコロサラダ トマト 麦茶	味噌 あじ	米 じゃが芋 小切麩 ごま油 片栗粉 油 三温糖	昆布 干しいたけ テンゲン菜 しょうが 大根 きゅうり 人参 パプリカ トマト	水 料理酒 こいくちしょうゆ 穀物酢 食塩 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	455	16	12.5	82	1.2

☆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

<p>《7月7日 メニューイメージ》</p> <p>七夕になんで、星形クッキーを作ります。 お楽しみに</p>		<p>《7月11日 メニューイメージ》</p> <p>子ども達が大好きなチキンボール 旬の果物、メロンが付きます。 たくさん食べて、暑い夏を乗り切りましょう。</p> 
<p>《7月14日 メニューイメージ》</p> <p>魚を揚げる事で食べやすく子ども達にも大人気なメニューです。</p>	